婦女雜誌

中華郵政登記認爲第一類新聞紙
內務總署登記証政字第十一號



十月號


快樂的夫婦
唯健康有以致之！
快樂的家庭，是人人所羨慕的，但是設
有快樂的夫婦，怎能使家庭快樂，同時、
設有强健的身体夫婦也就不能快樂！
所以，無論男女，應當常服
『愛表斯』
開胃
健腸
愛表斯
適應症
不思飲食
未老先衰
胃腸疾病
病後虛弱
常習便秘
記憶減退
營養不良
乳汁不足



東京府立第一高小女生之保婦實習



東京小石川植物園內之國民學校兒童林間學校臺食情形

日本國民之暑期訓練



國民體育館內女生之游泳練習



國民體育館內之母子體操





服務于中華航空公司旅客機內之三個職業女性



于德機猛烈空襲下莫斯科紅十字會看護婦出動市內各處施行救護工作



倫敦女子防護團員實習修理汽車情形



婦女雜誌　第二卷　第十期

論著

紀念國慶與今後婦女應有的認識 凌琳（二）
國慶紀念聲中的興亞婦女 雷鳴（四）
德國之母性保護政策 亦光（六）

◇時事講座◇

時代需要於婦女者 蟬（一一）
是誰掀起了太平洋的風波 本社譯（一四）
英美向遠東伸張勢力 本社譯（一九）

◇週年紀念文字◇（一）

一年來的婦女雜誌 劉蕁（二三）
結婚一載 琳子（二四）
三年的時光 黃塵（二九）
我的工作自白 陶金（三二）

兒童與家庭

新式結婚的智識與花束製造的方法 琰（三五）
新家庭治家準則 （四七）
烹飪應具的基本常識 惠康（五二）
浣衣精義 李蓉子（五七）
主婦須知室內清潔法 玲君（六一）
嬰兒保育的研究 洪明（六三）
魚肝油是兒童最好的食品 郁棐（七〇）
葷食和素食 小梅（七一）
兒童的道德問題 曉農（七四）
兒童爲什麼偷竊 秦沉（七八）

第二卷第十期

婦女雜誌

民國三十年十月一日

婦女衛生

幾種床上易行的健身體操　宜君（四〇）
漫話之頁　（四二）
體臭有什麼功用　琳琳（四四）

隨筆

我自己是屬於那一種的女子？　蕓（一〇）
當處女在青春期的時候　黎鴻（四八）
怎樣控制您的睡眠　（八三）

介紹

南洋的婦女與家庭　波（八三）
美國的家事教育　陳平（一〇）

文藝

慈母手中線　友竹（八四）
舊恩　柯雷（八五）
太夜亭畔　王隱村（八八）
癲狗的話　魯文（九一）
野火　曲中（九四）
編後記　編者（九六）

本刊改訂售價啓事

——原價每册三角，改售每册四角——

茲因紙價飛漲，印刷材料奇昂，本刊爲彌補營業上之損失，特由下期（第二卷第十一期）起，改訂每期售價四角（原價每册三角），事非得已，尙祈諸多原諒。

婦女雜誌社啓

紀念國慶與今後婦女應有的認識

凌琳

要在這樣一個範圍寵大的題下，使拙筆如筆者的作這篇文字，多少總是太大膽了，但是爲了自已心中有不少要說的廢話，所以不管是否能够得上水準？便大膽地在這題目之下，寫起文章來了，希望讀者及編者對於此點，能够原諒！

首先，我們要認清楚的，就是我們爲什麼要紀念國慶？國慶紀念日又是怎樣一回事呢？原來是在紀元前一年，武昌起義之日；後來於民國二年十月十日那天正式成了政府。也就是中華民國奠基的日子，像這樣的舉國同慶的日子，我們怎麼能够不加以歡欣地慶祝呢？這是毫無疑義的事實；但是我們回首前塵，在每一個國慶紀念日的到臨的時候，差不多大家都興高采烈地玩一天就完了，可是我們要問他爲什麼在十月十日那一天要紀念呢？我敢說大多數的人都是莫明其妙的。

我記得從幼小的時候便有國慶日，當天學校放假，各娛樂場多加演若干場，街上懸燈結彩，夜裡更有提燈會的組織，大家熱鬧一天，到半夜都倒在床上睡一夜熱覺，第二天又都按步就班地照常工作起來，我覺着很少有人注意到國慶紀念的重大意義。

今年又到了國慶紀念日子，當然又要紀念一番，希望再不要紀念在無聊的歡樂上，也應該靠實際地來認識清楚紀念的意義。

現在只就 婦女的範圍 畧說一說：

中國自「五四運動」以後，在婦女方面彷彿開闢了一條新的途徑，其實還不過都是受了一點西洋人的影響，而學得了一些皮毛，可是忘掉了婦女本身應盡的天職，到現在還多少遺留了很重的不良風氣。只要我們檢討一下過去，明顯地擺在我們面前的是這樣的事實：

「五四運動」的影響，主要的是女子要獨立，我們知道了許多光明的倡議：「女子自古來就受男人的氣，我們應該和男子鬥爭，應該爭平等的地位，女子是社會上的人！」

我們在當時也景仰着中國新婦女的偉大前程。不過，女子到社會上以後，仍然是自己走向墮落的途徑，使人們不敬服，自然有下面的幾個原因：

㈠婦女爲了反對「三從」的舊觀念。才拚命地爭自由，這是對的。但是等到眞的自由了，這到不受任何人的拘束了，於是便任性的胡鬧；所謂時代婦女就是社交之花，把自己的父母，丈夫，子女絕對不放在心上。只和跳舞，娛樂等享樂事發生了狂熱；偶而父母或是丈夫說幾句忠言，就彷彿受到莫大的侮辱，必需拚命抗衡，甚至演成離婚的慘劇。

㈡婦女也是人，不能爲男人當牛馬，自然要反對。可是這種新的進展又會演成了婦女的「懶惰，不勤儉！」弊命，自然婦女不做事就是罪惡！因爲婦女有做家庭主婦的天職，那麼處理家政的首要工作就是要不懶惰，要勤儉；況且女子爲國民之母，一切的家庭，社會，民族都以女子爲根源。女子的立場的重要，是由此可見的。雖然女子天賦了美麗的軀幹，聰明的腦筋，溫柔的性情，大方的態度，細膩的思想，只是自命爲時代的婦女都趨向於享樂的途上去。不但害了自己，而且影響了家庭。因爲兒童和家政不經過主婦的處理，無智的僕婦是

會弄糟的。何況婦女任性的行爲是要爲丈夫所不齒的，自然愛情就不能甜蜜，各走極端，形成夫婦都不願回家的怪現象，而染成了最不安分的習慣，結果促成了悲哀的結局。

㈢婦女們爲了提高了自己的人格才要革命，可是革命到現在，婦女自甘墮落，地位日益低下了，仍然是男子的「玩物」！婦女從事裝飾，願爲男子的附屬品，這也是不可抹殺的事實。因爲婦女仍然沒有獨立的本能，仰男人鼻息，靠男人養活，恐怕失了男人的歡心，就要餓死，於是不得不專心修飾，取得男人的憐愛，這豈不是婦女對於自己的人格太不尊重嗎？

㈣婦女爲了求身體的合理發展，所以解除了纏足並倡導剪髮諸事；這自然是前進婦女們所應該解放的事。可是既經解放之後，婦女的裝飾上不但不如過去的錯誤方法；事實上更走向新的不合理的途上，我們看到婦女消耗脂粉費的可驚，更看到種種束縛發育的裝束、以及化裝時間的消耗，仍是婦女自甘墮落的表現。

以上大膽地指出了新婦女的弱點，在此紀念國慶的階段中，我願意不嫌麻煩地向婦女們請求，爲了新婦女的地位，爲了造成美滿的家庭，爲了愛護自己的兒女，請注意下面的事：

（甲）妻子對丈夫的容讓

在現代中國正向小家庭制度上邁進的階段中。橫在目前的一個嚴重問題，就是夫妻間的爭吵；往往爲了一點小小的事件起了紛爭，以致夫妻的情感也會發生裂痕，是值得研究如何克復的一個問題。

我們不諱言，在現社會中，女子職業仍然未走向完全發達的境地，一個家庭的生活開支，仍然是要丈夫來負担責任，所以妻子對於丈夫的勇敢和堅忍耐苦的態度，要格外的同情他，遇見細瑣的事故是應該容讓丈夫的。這樣可以避免由紛爭而惹起情感破裂的悲劇，如果再注意一下日常生活的小事件，是足可以增加夫妻間的愛情的，此點與男女平等條件亦毫不抵觸。

（乙）關於經濟的開源節流

夫妻間在生活上自然需要有一個精密的打算，無論是「開源」，「支配」和「存儲」的經濟上的先決條件，兩個人都應該負有重大的責任；在這裏那些不合理的結合如：丈夫不事生產，靠妻子的金錢來維持生活，妻子刻苦，丈夫執掌經濟權，虐待妻子，等等因經濟問題而發生的悲劇除外；現在以切實的青年男女因戀愛而走向結婚的路上去的合理的夫妻來說。對經濟上必要有一個縝密的計劃。

我們自然反對男性或女性爲中心的小家庭，兩個人有共同合作的權利義務，至於一切所謂維繫夫妻間的抽象的情感的相投，比物質的豐裕要盛强的多的話，靠實際一點說，人不能離開物質活着，於是就需要對經濟上有縝密的計劃。對開源節流不能不注意。

（丙）應避免懷疑

我敢確定地說，夫妻間的感情愈濃厚，彼此間的懷疑態度愈深，無形中便走向「佔有慾」的路上去；丈夫除了妻子再也不容許和另外一個女人發生情感，而妻以對待丈夫的愛，加在任何一個男人身上，丈夫也是絕對不容許的。夫妻的情感結得很堅固，於是我們就隨時加意的維護，不能使對方有懷疑的地方；不然，就會造成了由誤會而走向懷疑的路上去，難免發生裂痕。

懷疑的構成多半由於「猜忌」，只要彼此間稍有一點疏忽，說不定就會形成了不幸的事實，是不可不加以注意的。

（丁）完成了婦女最大的使命

婦女在紀念國慶日的階段中，如果注意以上諸端及自身的修養，才是一個眞正的新女性，而反對「三從」及婦女到社會上去，提高婦女人格及地位，求身體合理的發展諸原則，則不難迎刃而解了。

自己寫不好文章，而又是大膽地在這個題目之下寫的，自然免不掉觸怒了婦女界，但是我要釋明的，這完全是我站在實際的立場來說的，我以爲在目前，那一切空言的理論，是應該被淘汰的了。

0034374

國慶紀念聲中的 興亞婦女

雷鳴

國慶紀念是一年一度舉國騰歡的日子，無論是在怎樣忙碌的環境之下，到了每年的十月十日都要興高采烈地慶祝一天：往大處說是因爲這是武昌起義的紀念日，中國由帝制政治向民主政體的一個關鍵，而且又是中華民國二年成立政府的日子，所以我們應該慶祝一下子的。但是中國自革命以來，政治就沒有正式走上軌道，幸虧自蘆溝橋事變後，中國人才猛醒過了，才產生了汪主席的和平政府，故當每年的七月七日也是舉國騰歡的一個日子了：因此，由國慶紀念，使我們又想到了興亞紀念，這是應該提起我們的注意的。

在國慶紀念聲中，對於婦女們對興亞的責任的重要，不防在這裡說一說：

中國婦女一向是和家庭，社會，國家而至於人類是不發生關係的，她們認爲自己就是自己，也就是說自己活着根本就不需要知道和其他的必然的關係；中國的大半婦女差不多都是如此。

譬如：「德蘇戰線如何？」等等的國際間的政治問題，根本上就沒有用腦子想過：當每天報紙送到的時候，必先看游藝廣告，「芮克」，「眞光」映演何片？然後再看一看社會新聞，對於國際間的任何事件的發生，好像對自己毫無影響般地漠不關心，這是興亞婦女第一件應糾正的錯誤。

其次是關於興亞婦女的社交問題，於此我們不能不拿友邦的婦女做一個例子：在日本任何人是「不工作沒飯吃」的，也就是說不工作爲什麼要吃飯？反過來再看看我國的婦女，泰半是「不作事祇吃飯」。我們不妨舉一個例：早晨十一時起床，化裝二小時，吃午飯，下午出門蹓躂或看電影，回家吃晚飯，與朋友打牌，夜二時寢：這就是他們每天的工作。但是我們看到中國目前的情形，婦女們也要振興起來，對於友邦婦女應該有一個借鑑，筆者曾旅日一年，曾親切過日本婦女，她們在知識上已經是和男人們所受的教育完全相同的；但是我們看看職業婦女的工作狀態，實在使我們驚異，在她們的本質上說，也是有着服務社會，處理家庭的天職，希望興亞婦女對於服務精神有着銳意的進步。

我們更不諱言，中國婦女有一種驕傲的壞習氣就是她願意高居人上，不願低一低頭：事實上她們的學識及行爲並不能高居人上的，於是我們便很容易地看到了驕傲的態度，譬如是中等學校的資格，我們在她的態度上，很容易看到是較大學畢業還要神氣；記得從西洋留學歸國的婦女們，她們並不把所長供獻給社會，而祇是在驕傲着自己可以在中國婦女界坐第一把交椅，可是憑什麼呢？

由此，我們看到了一個極普遍的現象，婦女在擇偶上是一個極大的錯誤，她們認爲自己的身份太高，什麼男人都不合於自己的條件，以致造成了：「高不成低不就」的局面，結果只有自己悲哀！

際此國慶紀念的日子，中國的新婦女應該有一個毅然地改善和眞切的時代認識，至少應該把過往的錯誤更正過來，仍當注意以下的事件：

首要的應振作起來担負起興亞的工作，對中日合作應有明確的切實合作。因此，必需改革過去的不當，爲了家庭，爲了社會，爲了民族，爲了東亞的新建設，爲母性的必需要徹底努力下去。

服務精神　中國的婦女的身體太弱了，我們從傳統的教訓得到以下的事實，中國人們心目中所認爲典型的美婦女是「弱不禁風」的林黛玉型：自然在體質不健全的時候，她的作事能力自己就不能成正

比例，所以時代的興亞婦女首先應鍛鍊一個健全的身體，然後取法友邦婦女，增加服務的精神，把「操持家務」爲恥辱的錯誤觀念摒除，而要認爲這是婦女們所以要活着的唯一理由。

驕傲態度　中國婦女們如能有着新的服務精神，則驕傲的態度也自然地消滅了，因爲婦女的錯誤是「虛僞」，太喜矜持，不肯實際，所以便養成了驕傲的心理。因此，便有很多的事務就輕輕地拋棄了，實在是令人可惜的事情。希望興亞婦女對此點應有一個明確的認識，把要不得的驕傲態度完全摒除，而走向實際的生活上去。

認識時代　中國婦女對於時代漠不關心，反本祇是需要有優奢的生活而已！這種生活實在是興亞婦女們所應該首先改善的。要知道人類生存於世界上，對於時代不能不有一個深切的認識，才好算是一個有靈魂的人，所以對於國際現勢及中國和平建國的工作都應該勇敢地担負起來。

除此之外，當然還有很多婦女自己也知道應該改善，而一向因循着的不良習慣，在慶祝國慶紀念日的機會中，我們無妨促起新婦女的覺醒，在哪一方面上，都必需改善的。

此文寫完，自覺有很多地方對婦女界有失尊嚴的地方，但是我以爲這些都是婦女們的錯誤觀念，應該從現在起把牠矯正過來，所以我覺着這一席話也是很有意義的。希望婦女們勿要見怪。


美容消斑膏
德國老牌消癍去痣美容專劑！
專除面部癍点
粉刺雀癍黑痣
面部不潔淨等
惡症一盒除根
總經理處：北京宣內大街
歐亞藥房
天津經理處：
法界·黎棧德康
五洲·東馬路北
共合中央
馬路·海北上池
館
本市名藥房
百貨綫店報房均有代售

諸君注意：謹防假冒現有無恥之徒冒美容消斑膏名目在市上售賣魚目混珠購請君之明前正歐美容消斑膏盒內均有政府衛生局化驗證書不致有誤歐亞藥房謹啓

防疫聖葯
謹防
仁龍丹
假冒
著名老牌
居家旅行　不可不備
總經理　億兆商店
各省市大藥房百貨商店均有代售

德國之母性保護政策

德國目下的母性保護事業，是國社黨（Nazis）所主張的人口政策和民族政策的一個重要支持點，其最後目標在於使德意志民族繁榮強化和實現國家社會主義世界觀的理想，這一點是德國的該事業與其他各國的不同之處。國社黨在二十年前，決定黨綱當時，就已認為母子保護事業是民族發展的最重要的基礎，所以在黨綱第二十一條中言明：「德意志國家，為維持並增進國民健康起見，對於母性加以保護。」一九三三年一月，國社黨獲得政權之後，以此為重要國策之一不斷地努力於統一，整備，並擴充該保護事業，其效果非常顯著，一九三四年，又制定「保健事業統一法」，確定該事業的法律上的根據，嗣後，該事業與其他一切的保健關係事業，均受國社黨的直接指導而繼續發展。一九三四年以後，德國人口出生率的急速上升，可以說是積極保護母性的結果。同時，也可以說，母性保護是德國人口政策的主點。

國社黨在經營該事業上，照例徹底發揮德國國民性的特質，即：有計畫性，有組織性，有科學性，有徹底性。其規模之廣大，為他國所未有，其組織，在表面上好像太複雜，但實際上，全部組織的活動均極活潑，並且互相有機地聯絡，絲毫沒有混亂，實在可驚。以下，將德國的母性保護事業的組織，加以圖示，德國的該事業，大半受內政部保健局和國社黨的指揮，此外，勞動部的管轄下，雖也有與保健有關的保護事業，可是圖中從略。

國社黨的母性保護事業，以屬於黨管轄的國民保健局，婦人事業協會母性保護服務部和國社黨厚生團母子保護事業部等三機關為其實行機關，這三個機關互相採取緊密的聯絡而努力於增進德國母性的健康。

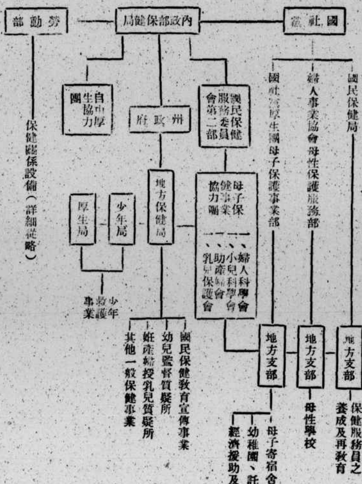
國社黨厚生團，是為實現黨綱第二十一條而設立的德國最大的國民互助機關，在一九三一年四月，國社黨尚未獲得政權以前，就已成立，是黨的正式機關之一，只限於黨員參加，可是在今日，國社黨既已獲得政權之後，這種黨機關與政府機關之間，我們逐漸難於加以區別。該團團員限於二十一歲以上的純血德國人，月付德金五角（50 Pfennig）以上的團費，在一九三八年當時，已經有一一〇〇萬以上的團員，在希魯根飛爾特氏（[illegible]el）的指揮之下，分為組織局，財政管理局，厚生設備及青年救助局，國民保健局，宣傳及教化局等五局，在各地專行政區之內，各設有與支局相當的國民厚生局。該團的財源，表面上與國家費用互相分離，在一九三八年度，計有團費二億馬克，冬季救濟事業利益金四億五千馬克，為利用廢物而經營的養豬事業的利益金一億馬克等，合為七億五千馬克。該團的主要事業是：冬季救濟事業，母子救護事業，母子保養事業，結核救助事業，營養救助事業，一般國民救護及青少年救護事業。

母子救護事業，是國社黨厚生團最注重的事業，為要實現希特拉所說的：「母親是最貴重的國民，幼兒是國家的至寶」這兩句話，該團實行經營姙產婦及母子救護，休養保護，母子質疑所，看護救護所，幼稚園，託兒所，教育質疑所，少年寄宿舍，對於優良家族的經濟補助和職業介紹等等救護事業。有多數的看護婦，助產婦，國民養育婦，保姆，少年指導婦等，在傍為助，還有德意志婦人事業協會會員，德意志少女團，女子勞動服務團團員等，也援助該團，增進其效率。

厚生團所經營的保護事業，如上述，其範圍非常廣汎，可是其中規模最大的是「母體保養所」，這

保養所，從其性質上，也可說是母親們的「共有別墅」。家務繁重的母親們，可以來到這設在山間或湖畔的共有別墅之內，免費靜養四星期，在這期間內，洗衣，烹飪一切家庭雜務均可不管，專心休養，運動，吸收營養和日光。這共有別墅的目的，在於使母親們可以恢復過去家庭生活中的疲勞，並得到新的生活能力。在母親們靜養期內，各家庭由厚生團派遣家政婦前往代理家政，乳幼兒則暫交托兒所代爲照顧，眞可以說是盡美盡善。過了這四星期的快樂的生活之後，這些母親們當然變成國社黨政治的謳歌者，所以從國社黨看來，這不但是一個母性保護事業，同時又是一個收攬人心的絕妙方法。從這一點，我們也可以看出，德國當局對於國家將來的預見是多麼深遠，對於愛護這最貴重的國民階層是多麼努力。

德國的母性保護組織



國社黨厚生團所經營的事業，大都以救濟純血德國人爲對象，可是冬季救濟事業，則以救濟所有的貧窮的德國人使不饑寒爲目的。這冬季救濟事業，在一九三三年，希特拉的指揮之下，首次舉行，嗣後，每年十月上旬，由希特拉親自宣言開始這救濟事業，要求國民爲救助貧窮者而發揮犧牲精神，成爲慣例。這救濟事業的主要任務，是徵募基金和利用該基金實行救濟，兩者同時實行，一直到第二年春天方才截止。基金全部仰仗於國民的捐款，薪俸收入之捐助，商店等一星期間所得利益之捐助，路上捐款，該救濟事業發行彩票所得利益等等爲其主要部分，至於救濟方面，除了供給食品，衣服，燃料，玩具等之外，約有一億馬克左右之金額，向例撥交厚生團的母子救護事業部

使用。

路上捐欵和彩票，是德國多季特有的點綴，路上，酒飯館裡，電車，汽車，以及病院之內，到處都有手拿著像撲滿似的捐欵罐的人要求捐欵，最低德金二角（20 Pfen[illegible]），捐過之後，可以得到一個小徽章，作爲已捐過欵的証明，每過一星期，小徽章的花樣就有改變，所以每個小徽章只能通用一星期，舊的沒有效力。同時，在街上有馬戲，體操，音樂等等的表演，引誘觀衆前來，好向觀衆要求捐欵。從事於要求捐欵的，大都是希特拉少年團和少女團。

一九二三年，有遵奉國家社會主義的婦人三千餘人，組織一個婦人團體，一九三一年，改編爲國社黨婦人團，在當時，團員只有兩萬人，可是到了一九三三年國社黨掌握政權的時候，這團體已發達成爲一個擁有九十萬團員的大團體。此外，在一九三四年，又有其他的十三個婦人團體合併而組織德意志婦人事業協會，與上述婦人團緊密聯絡，共行推進婦人事業。目下，事業協會的幹部人員，事實上，都是黨婦人團的團員，所以這兩個團體現在可以說是二位一體。

婦人事業協會，內部分爲宣傳刊行，文化教育，母性保護服務，國民經濟，國外服務等，尚有其他，計爲九部，其中，與母性保護有直接關係的諸部門的內容，大致如下。宣傳刊行部掌管與啟發母性及養育幼兒有關的宣傳事業，「國社黨婦人公論」雜誌每月發行百萬部，「婦人文化」雜誌則致力於對婦人宣傳文化，與經濟四年計畫互相呼應的「德意志家政」雜誌，每月發行十四萬部。文化教育部，分爲國家社會主義世界觀教育，民族及政治問題，體育，少女教育，科學等部門，努力於宣傳國家社會主義思想和鼓吹民族意識，此外，音樂及娛樂，也屬於該部管轄。經營「母性學校」，是母性保護服務部的主要事業，同時也是該事業協會的最主要事業。事業協會的本部在柏林，在各地方皆有支部，其分布與黨的行政區分布相同，在該協會的指導之下，共有數萬的女子，努力於建設未來的德意志。

母性學校，在全國共有數百處，在各大都市之內，都是長期開設，致力於保健衛生和母性醫學的講義，對於烹飪和縫紉，也有教授。對於鄉間僻村，則有巡廻女教師，自行駕駛汽車，滿載各種教授材料，在各村中輪流教授，講義之中，常常順便宣傳國家社會主義思想。



國民保健局，也屬於國社黨，與屬於政府的保健機關，一齊努力於增進國民之健康，並從事於養成和再教育保健服務員。

以上所述，是國社黨管轄下的母性保護事業的概要，此外，還有屬於內政部保健局管轄的組織。這組織，在國社黨執政以前，就已存在，譬如，國民保健教育宣傳事業，姙婦質疑所，乳幼兒質疑所等機關，均久屬於這組織之內，藉此可知，德國的母性保護事業，決不是旦夕之間所造成的。

內政部保健局的指揮者，是德義志保健長官昆帝博士，其管下有國民保健服務委員會該委員會的第二部是母子保護事業的科學指導本部。該部管下有乳幼兒保護協會，助產婦人科學會，小兒科學會，助產婦向上會等等專門團體，其任務在於普及日進月步的醫學，用以增進全社會的福祉，易言之，該部可以稱爲醫學知識的宣傳本部。癆，性病，國民營養，結核，職業病，酒精中毒，民族醫學等等研究或預防機關，都和母子保護組織相似，各有其組織系統，不過都在保健服務委員會之內，互相聯絡，預防活動能力之分散。

由上述可知，德國的母子保護事業可分爲政府所經營和由國社黨所經營的兩種，其間關係有太複雜之處，這乃是當初國社黨尚未獲得政權時代的遺痕，在今日，很有不合實際的地方，大概不久，德國政府會另設保健部，來改正這種變態的事實，使「黨即政府，政府即黨」的理想，在母子保護組織之中，也可實現。

虎標 良藥



新加坡虎標永安堂出品

歡迎外埠代理
簡章函索即寄

乃交際場中的絕妙仙丹

是人人應備的家庭良藥

萬金油



萬病皆治
四時咸宜

八卦丹



止暈化痰
香口生津

頭痛粉



風邪頭痛
立時見效

清快水



寒熱痢疾
飲食不消

天津分行法租界二十六號路九號

（各中西藥舖紙烟雜貨舖均代售）

我自己是屬於那一種的女子？

嬰

女子可大別爲三種，即未受過教育的女子，受過教育的女子，和低級職業的婦女，這三種女子更可細分如下：

（一）未受過教育的女子。

（1）有產階級的女子—她們沒有念過書可是家中很有錢，在襁褓中即有許多下人扶侍她們，結婚後仍是很有錢，不知米是多少錢一升，菜是那裡長出來的，只知飯來張口，水來伸手，她們一天的事情就是聽戲，看電影，打牌或論論東家長西家短，就這樣糊里糊塗的度過一生。

（2）無產階級的女子—這樣的女子心中很明白，想念書而沒有錢，只好在家中幫着母親做飯洗衣，結婚後仍是這樣，地髒拿了起掃帚就掃，衣服破了拿起針來就縫，認爲家中一切事全是她們的責任，有好吃的東西給丈夫留着，有乾淨的衣服給丈夫穿，僅僅的希望着在過年時也能穿上一件新棉襖：萬一穿不上也不咀罵她的丈夫，她們認爲一切事全是應該的，沒有什麼理可講，但她們心中也不想講理。

（二）受過教育的女子。

（1）爲文憑而讀書的女子—她們的父母認爲年頭改了，要想給自己的女兒找好婆家就得叫她到學校中學些乖！她的父母既然對她拖着這種主義自然不像教育男孩子似的那樣鼓勵她督促她，而自己再不了解讀書的意義，整天在想該做一件什麼樣的大衣，買一雙什麼樣的鞋，頭上的捲捲在那裡才漂亮，眉毛應該怎樣畫，口唇應該怎樣擦！至於學校的功課根本就不過問，考試時端大本，做小抄，雖然高中畢了業甚至大學畢了業，但你如問她中國有幾條鐵路她們告訴你忘記了！如問她世界上有多少國家，她會告訴你記不清，雖然她們不信打雷有雷公打閃有電母，但對於一切普通常識也都模糊！找個事情作作吧但自己也想不起自己會做什麼？回到家中去吧！不會煮飯，不會洗衣裳，自己也眞不甘心去作，結果口中



美國的家事教育

陳平

全美國主持家政的人至少有二千六百萬，所以家事教育便成了職業教育中最重要的一種。依史密斯休和司對於家事教育有特種經費的補助。

柏來分析應受家事教育的人，約有下列五種：

（一）婦女的居家或彼僱而從事治家工作者；

（二）婦女在外從事工商業者

（三）各種服務家政的人們；

（四）學校中的女生；

（五）學校畢業後，不欲出外謀生而長居家中的女子。

至所供應家事教育的機關，有下列各種：

（一）全日班—少年婦女可於此受全時的教育。關於食物的選擇和家料，衣服的製造和補綴，休息，時間的支配，衛生的講求及兒童的教養等；皆爲彼等重要課業。

（二）半日班—分別適應兩種婦女的需要：從事謀生職業者，授其關於衛生儀容及治家，應世等知識；不出外謀生而治理自己家庭者，則教以如何負責治理自己家庭使日臻於完善。

是咀罵社會不良，而心的深處却在希望着趕快找到一位有錢的丈夫！

（二）爲爭取自由而讀書的女子—這樣的女子是完全覺悟了，她爲爭取自由擺脫寄生的生活，所以竭力充實自己的知識，以預備將來能經濟獨立，她們的服裝並不古怪亦不華麗，頭上沒有捲，臉上沒有粉，可是各處都非常整齊乾淨！她們不會嬌笑可是脾氣也不爆燥：無論遇見什麼事她們只是溫和的報之一笑，她除了書本外的東西什麼也願意學些：什麼縫紉什麼烹飪，雖然作不好，可是在沒有人管她的時候，也能從容的自己去料理，在任何環境下都能用她的學問技能去支配牠，所以她從來不怨恨上帝，也不咀罵社會。

（三）低級職業的婦女—其中有的是迫於生活而爲人傭工的這種人我們對她是一方面敬佩一方面憐憫，還有一種是自甘墮落，所以只有可恨而不可憐！

當然如細分起來不只是這幾種，但大致說來多被包括其中了，合上書我們想想自己是那一種女子：我們自己願意做那一種女子！

（三）夜學校—夜學校爲年滿十六歲的婦女而設。課業約分三種：甲，爲未出嫁女子而設使其學習治家，及擬當地生活程度而定適當的收入和支出的預算；乙，爲一般做母親而設，使其了解如何變更家庭生活使益臻完善；丙，爲已有若干治家經驗的婦女而設使其負責改良家庭，俾完成應盡的使命。

美國一般肄業中學校的女生，縱不是志在做個賢母良妻，不過她總是家庭中的一員，對於家事總該負相當責任，所以家事教育對牠們還是很需要，至於其他的婦女，更不必說了。

一年一度的絕好機會
慶祝開幕五週紀念
億兆百貨商店 前外廊子店街
第一支店 錦泰祥綢緞記 前外大蔣家胡同
第二支店 億兆批發部 崇外東曉市街
三店門市部
▶聯合舉行大減價三十天◀
本店向抱薄利推銷宗旨售價均按批發出售欣逢開幕五週期再特別大減價以酬主顧決不以減價作號召希各界惠顧莫失良機
自國曆四月廿六日起
夏曆四月初一
電話分局 門市部 八五〇 九〇〇 批發部 一九八九

金華銀號
資本收足二十萬元
利息優厚專辦銀行一切業務手續
便利
地址前外掌扇胡同甲十九號
電南四一五三 四一五四 二〇七五 一六四五

新供獻
北京振成造胰廠
花香精香皂 爲潤面唯一上品芬芳無比
光明肥皂 家庭滌衣洗面有兼用之妙
藍花條皂 專用滌衣去油污潔白立現
地址崇外東茶食胡同七十號
電話南分局一三一三號

哥侖比亞糖菓

TRADE MARK
COLUMBIA
各種食品 均有代售
魁昌製糖廠
是近代唯一補品

時代需要於婦女者

輝

所謂時代婦女，當然不是我國古代所說的「無才便是德」附屬於男權下的婦女，但也不是過去高喊解放誤會自由平等的時髦婦女，因爲此等時髦婦女，是在責任上求解放，在享受上求自由，在物質上求平等，而不是眞正在智識上求解放，在社會上求平等，自暴自棄，毫無成就，和我所說的時代婦女，是不能相提並論。我所說的時代婦女，乃是自勵甦生，以增進事業福利爲前提，以延續民族生存爲依歸的時代婦女，此種婦女是積極的肯定了她的人生觀，勇敢的去負起她的責任，以人類一分子的資格參與人生的活動，以對於同類及種族的愛爲基礎，建設起新興的中國發揚婦女固有的道德！

自從西洋思想侵入我國以後，一般號稱先進的婦女，以自由平等的口號，徒慕虛榮，豈知一個國家，有一個國家的特殊國性，一個問題，也有一個問題的特殊性質，中國的國家，與任何國家不同，中國的婦女問題，也自與任何國家的婦女問題各異。我們不要仿做西洋的皮毛，無益於實際，也不要撿拾他人的唾餘，而徒尚空談，我們要認清時代的需要，來盡我們的時代婦女的天職。

一 治內的工作

（一）兒童教育：教育子女運動中最要的任務，一個兒童將來的善惡，與其所受家庭教育極關重要，而所施這家庭教育最重要的是主持家庭的婦女，過去家庭的兒童教育，因爲沒有純正的宗旨，和完美的方法，於是教育的實施，是越弄越糟，下級人家因爲要叫兒女帮同工作，根本就談不到讀書，中級人家，因爲祇望兒女在學校裏畢業，可以賺錢吃飯，家裡的書籍和其他教育用品，全不願意購備，上級人家，因爲不愁子女將來沒有飯吃，連學校裡所受的功課，和平時的舉動行爲，全不關心過問，一味放縱其妄爲，結果，不過求得一個空虛的銜名，做個社會上的消費者罷了。

我們此後如果希望子女造成一個國家的大器，造成一個社會上健全有爲的人材，那末作父母的須以身作則去領導，因爲兒童富有模做性，父母的舉動言行，子女常在仿做着，況且兒童接近母親，乃是人類的天性，如能自幼即受到優良的母教，養成健全的體魄和正確的思想，將來才能致力所學，担當國家的大任。請看，我們的東鄰日本，以小小的國土，竟有如是之富强，究其原因，不外爲優良的母教所致，而我們古聖先賢，又何嘗不是賢母所教成？可見「母賢始能生賢子」；我們要挽回狂瀾，復興民族，必須負起教養兒童的重責。

（二）輔助丈夫：在這男女平等婦女解放的今日，夫婦間根本就不能分出主幹和從支來，正如兩座並立的大山，根基上不能截然的分開誰主誰支，兩性間即能共同生活，那麼彼此就要負起家庭的任務，大致都是男主外，女主內，男的該一心努力於自己的事業，女的也該專意的注重自己的使命。男女是彼此帮忙，互助，決不存有誰是誰的奴隸牛馬，女的治家是自己應盡的責任，男的在外奔波，也是自己應盡的義務，不但平時如此，就是遇到丈夫灰心失意的時候，尤應鼓勵他，安慰他，使他重再踏上成功之路，這樣，才不愧做時代的新婦女

（三）治理家務：一個家庭的主婦，除了生兒育女，教養子弟外，最重要的任務，要推整頓家務，調度收支了。担任一個家庭的任務，在這半新半舊的時代，眞是一件不容易的事，非有精明强幹的主婦主持，始能有良善的家風可以養成，就以經濟一項來說：牠爲一切物質生活的基礎，假使經濟管理失當，整個的家庭生活，便無美滿的希望，管理一家的經濟最要原則，是量入爲出，主持者，更須勤勉節儉，力誡奢侈與浪費。其他關於僱用傭僕，家庭衞生，以及烹調，育嬰，縫紉……等等，均爲主婦的職責。

二勤勞與樸素

今時的婦女，因受歐風的毒染，既懶工作，又尚奢侈，殊不知勤儉耐勞是一切事業成功之要訣，我國婦女，多半依附男子過着安逸的生活，享受不勞的福利，試看：今日歐洲幾個戰國的婦女，後防活動，爲國效勞，刻苦勤勞的精神，令人可欽可佩，其次再看友邦日本，她們就是有很多財產的貴族，在家庭裏，也很少見有用僕人的，無論什麼事，都是自己來操作，絕不假手傍人，對於丈夫祇知服從，對待子女祇知盡力教養，回頭再看我國婦女奢侈的風氣，助了的享受，眞可怕驚人，每件衣服添製，總要百元至數百元，而自己毫無生產的技能，空空洞洞的只有一張沒靈魂的軀殼，不是終身依靠着丈夫生活，便是壓迫着父母的血汗揮霍，這種倚人生存的寄生蟲，終久必趨於失敗的一途，我們應該苦幹勤勞，樸素自勵，將全副的精神，要貫注於應盡的責任與事業上。

三健康與生殖

體格强健，精神健全，舉動活潑，態度莊嚴，加以有中度的體貌，高尚的風格，這都是我們時代婦女在健康方面應具備的條件，這樣才能負担起救國改造社會婦女解放的重大責任。從前一般人的思想，以爲女子只可閉守閨閣，談不到教育和體育的訓練，因而養成了一般林黛玉的病態美，那簡直是活生生地把女子埋入了泥潭，造成了一個木雕泥塑的菩薩，純粹地做着男子的附屬品，這種背理的思想，當然現在已不能存在，大家公認女子在社會上和男子有同等的重要與作爲，但無論怎樣一個人要在社會上費一點心血去做一些事情，那末不把體魄首先鍛鍊强健，就是有了高深的學業，也是難能有所作爲的，所以非民族健康解決，然後再談民族復興。

論到中國的生育問題，因爲家庭衞生未能普遍，同時顧慮收生之經濟担負，故多採用舊式收生法，每年因生產而死於非命的嬰兒與婦女，不可勝計，固然，生育與婦女健康有關，但亦不能不歸罪於舊式收生之不良，幾年來雖然成立了不少育嬰機關，但多因家境不同，仍不免傷亡死掉，值此東亞復興的今日，世界各國均獎勵生產，我國雖不提倡，但亦不能自滅，況且生育關係國家至重，即能承認兒童是國家命脈，家庭柱石，更應澈底補救，對於收生方法，務求經濟捷便，遇有赤貧住戶，尤須免費優待，凡經官方批准的舊式收生婆，亦望嚴格的檢討。

新巴黎
法國紬緞公司
天津英中街
北京王府井

專售
法國紬緞
金銀織錦
烏光累絲
花素絲絨

承做
新型服裝
專員設計
海上技師
工精料省

電話三、〇七三七號

是誰掀起了
太平洋上的風

栗原千代太郎
本社譯文



聯結英國，與重慶協商，並且嗾使荷印，强固ABCD同盟，藉外交的手段，縮小對日包圍圈的美國，更凍結在美的日本資產，禁止輸入汽油製品等等，使出經濟封鎖的手段，但是一面向歐洲參戰態勢，漸漸整飭。在七月十一日，追加國防豫算三十三億二千三百萬億元，向議會要求，從一九四〇年七月一日以降，合盤通計，實爲五百億元，這宗巨欵，都是作爲强化太平洋根據地的費用，波平浪靜的太平洋，不免有狂風驟雨的情況，就是因爲美國海軍存在原故。

（一）美國海軍的對日根基地

美國對太平洋，本來久已關心，這是從一八九〇年五十年間的事項，後來一度向太平洋進展，遂積極用他巧妙的策謀，與戰鬥的政策，漸次把太平洋上的各島，收到手中，作成武力的立脚地，並且設施爲軍事根據地，因爲這個原故，所需要的費用很大，去年秋天，豫算總額爲二千八百七十五萬一千圓，沒有幾時，又追加九百萬，到了本年，兩次增加，爲二千二百萬圓，及三千六百萬元，七月十四日，對議會又要求三億元，那麽太平洋上，無數的島，都成了艦隊潛水艇及空軍的根據地，那時武裝的目的，也漸次變化，原來對美國任爲前衛地帶的，現在成了對極東攻勢的前進根基地，或是在美國成爲艦隊的極東進攻的橋梁，對日本成爲封鎖線的基礎，此種任務，漸漸演成重大化。

最近數年來，尤其是前年九月歐洲開戰以來的美國，在太平洋方面，時常與他國計劃合作連衛，藉圖防禦力與攻擊力的增大，譬如坎拿大，墨西哥，澳洲，菲律濱的協同防衛論，新嘉坡，蘇拉巴雅的共同使用說等等，就是這個作用，可是坎拿大的協同防衛論的裡面，有坎拿大太平洋岸的週邊要求，及關設航空路的問題，對墨西哥，使用空軍基地，對澳洲菲律濱，欲得艦隊空軍的根據地，美國的要求，實是相當積極的增大，尤其最近與蔣介石提携，在中國沿岸，物色航空基地，名目是協同防衛，他的目的，已顯明是在攻擊。

一時美國甚爲宣傳藉基地的連鎖，作爲「對日封鎖爲踏犁」，又說最近美國與提携國間新嘉坡巴泰維亞結合，作「極東的馬其諾」，由此可見美國是拿攻擊的爲意旨了。

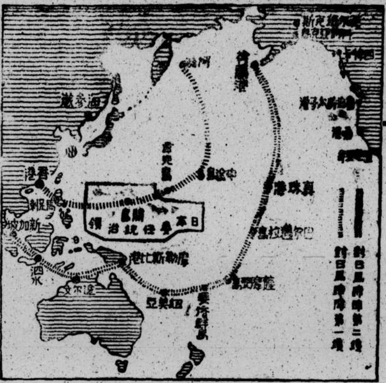
（二）美國本土太平洋岸的防備陣

美國在現實上，對於空軍的海

波？

和空軍基地，是時時刻刻強化的，至於參戰問題，有人說，迫在目前的，又有人說是前途遼遠的，但美國大軍擴大，已著著實現，軍事基地，日漸強化，卻是成爲事實無疑。

現在在太平洋方面，所看美國的基地強化的現狀如下：



先說美國本土太平洋岸聖第亞哥，是最大的軍港，作爲第十一海軍區軍港，此外是第十二海軍區軍港梅阿愛爾德，第十三海軍區軍港西雅圖，及桑港，布列馬頓，薩克坊門托，阿拉，梅遠，聖斐德祿等軍港與要港，總之，最近都是急速施設，且極強化，其中尤其是聖第亞哥，已經在補強工作中，不久就要成了全美最大的海軍基地。

北太平洋的基地，是阿拉斯加沿岸的西特卡科戴克，烏那拉斯加島的荷領哈柏，阿留香列島中的奇斯加島，阿茲島等，尤其是荷領哈柏，是太平洋航路上的戰略的重要地點，目下正繼續動大工，又科戴克島的維綿斯灣，預算爲九百萬圓，西特喀的預算，爲二百萬圓，在本年的議會，還三個根據地的設備強化費，又決定爲三千萬圓，到一九四二年，業經完成，尤其科戴克海軍航空隊，作爲北太平洋防備的根據地，防備强化費，需一千萬圓，還科戴克，不但是海空軍的基地，又是潛水艇的基地，成爲一個大要塞，基利加，阿茲，雖是空軍的基地，可是此外的昂加列幾，和費雅邦克斯也是陸軍飛機場，本年三月間，已向那方面指派六個追擊中隊。

夏威夷羣島中歐代島的眞珠軍港，本是太平洋諸島中最大的，已作爲第十四海軍區軍港，港內面積爲十平方海里，水深六十尺，已經投出約七億的巨費，有戰艦用的大乾船渠，浮船渠，燃料，兵器糧食，彈藥的貯藏所，砲台等；設施據本年一月的海軍預算，爲四百三十九萬元，最近又用一千萬元，建設乾船渠。

目下美國太平洋艦隊的大部分，都集會在這地方，並且是能歸入全艦隊的大軍港，那附近有幾處海陸軍的飛機場。

該處守備兵有二萬四千名，去年十月，又送去高射砲隊約一千名，那飛機備在海軍航空隊，已誇有大型哨戒爆擊機百數十架的陣容，本年五月，又傳說有美國陸軍，自誇的「空的要塞」波英爆擊機二十一架，作爲空輸，並且軍港的地下，目下正建造大貯油槽。

在眞珠灣的裡面，對加乃逕裴灣，雖投三百四十五萬元，急忙設

備軍港，可是有這兩個軍港的互胡島，可以說是太平洋上的幾布拉魯他爾。

（三）各島用橋梁爲極東進攻路

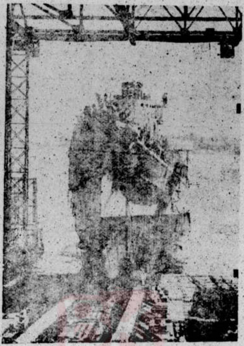
馬蹄陣第一線

巴拿馬運河面向太平洋的進口，是第十五海軍區軍港拔爾波亞。

僅只連結兩洋巴拿馬運河地帶，那防備施設。已經爲完備，守備兵從來爲二萬四千名以上，前年又增加約一旅團，去年十月，又駐屯波爾[illegible]歇阿海軍部隊，那海軍當時曾派遣飛艇驅逐艦各二隻，最近又派遣潛水艇十幾隻，陸軍航空部隊，也很增强，並且最近巴拿馬地峽貫通道路，傳說已經完成。

美德的關係，漸次强化，對於該地帶美國的警備，漸漸堅固，關於巴拿馬運河航行，對于樞軸，也很嚴重，最近雖有一時封銷的傳說，可是現在對於商船通過，尚不至于極端，這就是對于民主主義國，頗爲寬大的地方。

太平洋中央部散在各處的各島中，位在夏威夷西北一千六十海里的迷德衞島，及他西南約一千海里衞克島，已成了小艇及空軍的有力根據地。



七月廿六日美海軍最新巡洋艦「聖地亞哥」號之入水式

迷德衞島，位在太平洋中央部，是直徑約十基羅的圓礁，距日本本土，爲約二千二百米，該港又叫作衞爾斯哈巴，是海底電線及、美國航空會社的克林巴中繼地，去年又挖掘五百三十五萬海里的水路，又加設空軍潛水艇的根據地，本年一月投出七十四萬二千元，及此次的海軍費約四百七十萬元的施設强化費。

衞克島也同爲克林巴機的中繼地，距日本本土爲一千七百海里，去年用二百萬元，作爲飛機及潛水艇的根據地，設施極爲强化，此次迷德衞，也同樣追加約四百七十萬元，該島的强化，在馬沙爾群島，極其接近，所以日本也要特別注意。

關島，在日本馬利亞那群島中，面積爲三百十平方基羅，已完成海陸兼用的航空根據地，作爲軍港也是很好的，有砲台，修理工場，貯油所，海軍病院等等設備，駐有五百名海軍，並配置特務艦數隻，曾用去五百萬元的鉅費，前年去年在議會裡又兩次作爲問題，無論如何，是佔日本南大門口位置，本年海軍預算，又增加飛機擴張費百萬元，以外的防備費，發電所改修費，用去四十三萬元，從臨時海軍費，又提出防備費四百七十萬元，關島地方，遂一躍成了西南太平洋上的一大要塞，該位置距橫濱一千三百五十海里，將來對日本按南方來看，當然要受一大威脅。

以上所說的夏威夷，米鐵德衞，衞克，關島等各島，在太平洋中央部，從東向西橫斷的絕好橋梁，這些島的航路，名爲「極東進攻路」，並且西有斐律賓香港，北連阿留香，可以說已成對日的馬蹄

陣型的第一線。

菲律賓雖說在一九四六年，完全獨立，可是從最近的國際情勢來看，和美國的關係，又加緊密，屬領的色彩，也見濃厚，現在，所有防備，全入美國手中，海軍以小呂宋灣口的卡皮軍港，與渥倫加波軍爲根據地，特瑪斯．哈特大將麾下的亞細亞艦隊，現在是正在頑張，並且陸軍的防備兵力，美兵約一萬，此外土民兵有二萬，空軍合美國陸海軍機，約有百數十架，美國又預備「空的艦隊」孔索利達帖特長距離哨戒爆擊機等；那國防機也有五六十架。

去年秋天以來，美海軍首腦部和比島政府首腦部，開防衛會議，商議對待方策，可是從美國增派艦隊空軍，並爲強化防備，支出巨款，都從美國支出。

菲律賓已成爲英國東洋艦隊的根據地，香港對于從前的戰略的價值，已見減半，可是作爲軍事的根據點的命脈，依然不斷，已成爲美國海空軍太平洋根據地的一個連環。

現在英國海軍所屬要塞，可是全島已完全成爲要塞化，合計約有正式兵約一萬九千，義勇軍約六千，及約二萬守備軍，在香港島與對岸的九龍半島，已建設幾處飛機場，如到必要時，可利用爲美國海空軍的根據地。

（四）向南方更開拓進攻路

馬蹄陣第二線

更轉眼來看南方，作爲潛水艇小艦艇及空軍根據地的，又發見無數島嶼，夏威夷七百海里有精斯頓島，南一千海里，有帕爾邁剌島，已投資一百萬元，本年又提出三百四十八萬元的防備擴張費，對于精斯頓島，更決定三百四十八萬的擴張費，對于東南五百海里的克里斯馬斯島，本年三月遂去警備的海兵隊數百名。

從帕爾邁剌南方七百海里，有康頓，燕達別里兩島，又南五百海里有薩摩阿羣島。

對康頓，燕達別里，在一九三九年九月，已協定歸英美共同支配，以後又建設爲潛水艇及空軍根據地。

薩摩阿羣島中的圖圖伊拉島，有帕哥帕哥軍港，成美國海軍的根據地，最西南地方，海軍當局又打算支出八百十萬元，作爲空軍根據地，那戰略的價值，更見增大。



太平洋各國勢力分佈圖

從夏威夷結合變夫島，法領新喀利多尼亞，那米亞，新幾內亞的莫列斯比，澳洲的波特達文，荷印的蘇拉巴雅，及新嘉坡成爲一線，作爲南方進攻路，就是馬蹄陣型第二線。

（五）堅固的大東亞防衛的陣容

美海軍不足懼

按以上的情形看來，美國在太平洋軍事根據地，時時刻刻的強化，可是借着英國及其他的勢力，在太平洋的對日包圍陣型，

漸漸完成，日本對這情勢，也要不斷的注意與警戒，是不待言的。

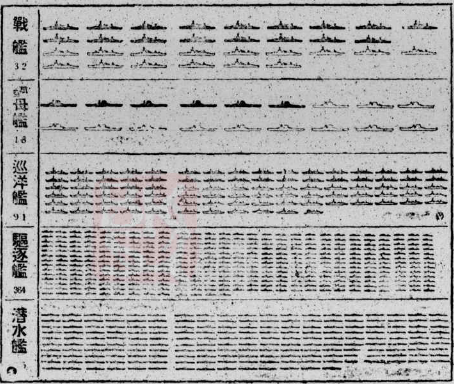
日本以確立大東亞共榮圈爲目標，並有强勁盟邦諸國的協立，立在背後，要按這個來考想，關于英，荷印，重慶，並對美國方面的壓迫，也是不容怠慢的。

在大陸上有盟邦滿洲國，還有新生中國。

從前赴日本的新中國盟主汪精衛氏，與近衞首相之間，約定日華兩國間永久不變的提携，並且這次日本與法印之間，成立强固的共同防衛的諒解，這些國家，互相携手，立在大東亞防衛的陣頭，當不致有甚麼可怕的，太平洋就是波浪掀天，可是確信安定大東亞勢力，漸漸增大，所當極力向日本所信仰的努力進行爲要。

美國兩洋艦隊一覽

黑艦爲服役中者
白艦爲未建造者





英美向遠東伸張勢力

高木秀夫

（一）英蔣軍事同盟

東亞新秩序的建設，在以巨步向前挺進著，一方重慶的抗戰力，也逐漸急遽的趨向沒落之途。可是他們依然叫囂著「澈底抗戰」的呼聲，做著「挽狂瀾於旣倒」的美夢。這完全是背後有著民主主義國家祟作祟的緣故。英美對蔣政權的援助，自歐戰爆發後愈爲露骨，今年更超過了經濟的援助線，而有著軍事合作的傳說了。

英國在歐洲大陸對德作戰敗退後，捨賴太平洋的附屬地以及對於殖民地的搾取外別無他途。可是在日本新東亞秩序建設完成後，她最後的生命線也說不定會脫離而去。英帝國是時時被這場夢魔襲擊著。爲了這個緣故，她總是思以妨害東亞新秩序的建設，而蔣介石的抗日戰也因的遂行了。英國在時時的考慮著在華權益是否能增加這件事。另一方面美國在歐戰勃發後，已經涉入援英的激流了，美國先是標榜著「門戶開放」的廣告板，而實行著帝國主義侵畧的意圖，中國的利權，實在可以說是美國的「咽喉的一塊肉」。英美國想：若是聯合起來也許可以挫折日本之發展的吧，所以美國也來積極援蔣。所謂的英美蔣軍事合作，便在這種出發點下成長起來了。

過去六月二十六日，蔣政權新外長郭泰祺自英歸國途經香港說：「英美蔣今後必得密切提携」。這也就是所謂的ABC（美利堅，不列顛，中國）集團，這個集團的軍事協定，待次段言之。如果再有荷蘭東印度（Dutch East Indies）加入這個集團將一變而爲ABCD了。

在六月中旬的時候，重慶方面商震和杜聿明曾一度赴新加坡，與英遠東軍總司令布羅克，包拔大將及斯密士總督會談，這就是英國與蔣的軍事同盟豫談。嗣蔣介石基於商震的報告，曾對重慶要人就「軍事同盟」問題有所諮詢，要人間竟破議論紛岐的老例，而言歸一致，交相贊同。

這是國際情勢和新轉變！從今春倫敦所流布的遠東危機起，經過德蘇開戰，幾過樞軸國的承認國民政府，再到行過重慶駐德意大使的召還，中國事變的「世界性」愈發加深了。對於日本包圍陣强化的可能性，也漸增加起來。英美蔣同盟自南京傳出後，雖尙未得倫敦方面確認，但有相當可靠性。七月中旬，前記包拔大將的總參謀長達文將軍，衣「同盟締結」之後，即遄赴重慶，從這一點看，我們不難看出同盟的眞實性了。至該軍事同盟梗要，據傳如次：

1 同盟之發動，以日本南進開始爲原動力。

2 重慶得以一定之軍隊進駐緬甸，與澳洲軍同受英遠東軍司令部之支配。

3 重慶應英國之要求應提供勞役。

4 「來西」（緬甸）英空軍根據地擴充之，並於該地設置重慶軍火藥庫。

5 重慶軍於進駐緬甸之前，由英方遣派教官，訓練西南地區重慶軍，

6 英國在新加坡仰光等地域，應極積輸送援蔣資源。

從以上看來，從來附驥於重慶背後的英國，這次竟然揭開已往的假面具，欲以武力與日本相見了。可是我們如果把前記同盟條約加以檢討，我們可以看出英國還是不變她的老獪的「功利主義」，譬如就重慶軍的進駐緬甸應與澳洲軍同受包拔英司令官之指揮各項看來，重慶軍無非作了防衛英領土的担當者。對於馬來半島，新加坡等等英領防衛的强化，重慶軍也得盡同盡防衛之責吧？在歐戰中，英國對於猶哥斯拉夫，西臘等國唆使的手段，也同樣的伸到亞細亞來，老英是豫備把重慶軍犧牲在防衛自國領土的

措置。

本年二月，在美滯留中的宋子文，曾與美國成立飛機購買的契約，美國允予對華提供「加共斯」P40型戰鬭機百架，其中五十架到着於緬甸，仰光，其餘一部業經早達重慶。

「加共斯」P40型飛機爲前年所設計的最新型，最高速力達四四〇基羅。可有者和德國「米沙西迷特」機那樣大口徑的機關槍四架，威力相當的巨大。

前五月中旬，美駐菲律濱航空司令古拉吉特少將曾赴重慶視察空軍現況，續約一月之久，對蔣曾作種種進言。該氏於六月上旬，經馬尼拉歸還，對於重慶空軍建設，多所籌劃。華盛頓方面已經十分的予以諒解。羅斯福大總統於六月末曾說：「思欲赴中國從軍的人，深保留其權利」。而陸軍當局也允許其退伍軍人赴重慶任架駛員或義勇兵。六月中旬，竟有四十名美國將士赴重慶，以後仍有繼續前往之勢，大體上擔當重慶空軍指導之責。可是這一批美國人，坐了自家兒的飛行機，說不定會不飛往日軍陣地的吧？

美國對英援助採取獲送制，對於援助重慶的緬甸公路，也有採取護送制的意見。現在緬甸公路上雖然活動着載重車，馬車，和苦力們，可是究不若空中輸送爲快。目前美國對德參戰僅爲名義問題，而對日也有如上的事實，殊堪注目。

一個叫做歐股特拉曼的美人，最近被派遣爲重慶政治顧問，特拉曼氏是「爵士，爲不金」大學教授又是反日雜誌「太平洋事件」（Pacific affair）的主編人，是美國數一數二的「中國通」。他對中國內地的着述也有很高的評價，對於滿洲國的成長極盡誹謗的能事，實在可以說是美政府的代言人。現在置身於蔣介石之後，反日的暗躍實可注目。他蒐集的情報可以直接和華盛頓間取得連絡，而資爲軍用，特拉曼氏的走進重慶，是美，蔣外交的劃時期事件。

（三）蘭印，安南的動向

英蔣同盟的母體，可以說是馬尼拉，華盛頓，以及新加坡英美蔣幾次會談的結果。這一次會談，促使了英自治領澳州新西蘭的參加，也促進了蘭印的參加。蘭印參加的經緯，是荷蘭亡命在倫敦的外相古利芬斯和拓植相烏也路在由蘭印視察歸來的產物。當他在華盛頓的時候，在馬尼拉與賽牙美駐比島長官以及與英遠東司令包拔會見的時候，都有種種的協議。日本對蘭印交涉的決裂，是不可諱言的。在經濟對日影響，所加予他們會談的壓迫的同時，在英美支配下的蘭印，又思以對日實行武力壓迫。在美國流行雜誌上盛行着蘭印諸島的討論，尤其關於瓜哇的軍事重要性爲甚。英美在南太平洋發生軍事行動的時候，蘭印是否應以斯拉巴供彼等使用的疑問，非常擴大。不過我們可以看得出來，英美是借了蘭印防衛的美名，而行自衛之實。

其次：安南和法維西政府歸寓德國協力，而且爲了封鎖緬甸公路的關係，也允日本軍隊駐安南，彷彿也是東亞新秩序建設的一員。

可是，安南仍然爬行在英美的邊緣。安南爲緩和食糧難，自澳州買賺小麥與黃油，爲補充燃料，自蘭印買賺石油。可是這些東西都得經手於新加坡，英國對於這些行爲的反對要求，爲自安南買賺洋灰，以供新加坡要塞使用。還要買米以充軍隊食糧，買大量的樹膠，以資應用。至於美國供給安南武器石油，而安南尤須以膠皮，錫礦，鋼，交換。這對於日本建設東亞共榮圈的物資資源，阻礙甚大。

尤有加者，安南對於日本駐安軍隊，深慮新加坡，菲利賓蘭印感受威脅，所以英美思與安南當局牽制日本，以軍事協定，張其同戰線網，以阻重積的日本南進。日本總得力求解決這樣障害。

（四）英國對泰國的壓迫

現在最惹人注目的便是英國對於日本之友的泰國的壓迫了。舉例以說，要不外經濟的軍事的軟硬兩法。

關於經濟的，最先供予泰國最感不足的石油，其代價則如下述：

㊀泰國重要資源，米，錫，樹膠，英國得自由交易——這是英國以其巨大經濟勢力與華僑聯合起來思以封鎖對日輸出。

㊀近傳英國迫使泰國承認對德

意禁輸的條款。這是英國經濟部新加坡支部和美國極東經濟代表的主意，把重要的物資資源對日關閉，而供給他們自己和重慶展開了對日經濟的前哨戰。

他方頻行武力脅迫，現在泰國完全在英國的包圍陣裡。我們看：英領馬來南部國境間，英國在檳榔嶼集結軍隊二萬五千，克達巴露灣一萬，中部西海岸一萬，新加坡二萬，計約七萬五千的奧州兵，印度兵，馬來兵，中國兵。在緬甸北部國境，以防備緬甸的名義中英共同配置軍隊在新斯拉托附近一萬，曼大雷二萬，仰光附近二萬，半島一萬，計約六萬。就中由重由進駐者二萬五千。今後有陸續進駐的姿態盛事構築陣地。特別新加坡，曼大雷，仰光，毛露年，買露古，維多利亞，包印園，阿露斯特，克大包等處有英國大小飛機達六十餘處。多屬美國製的爆炸機。戰鬥機在馬萊增援達五百架，另有二百架在緬甸待機中。最近英機對泰頻頻越境，情勢極為險惡。泰首都磐谷，距英仰光僅三小時，所以全泰完在英空軍的爆擊圈裡、以故泰國人心非常慌恐。

泰首相舉奔，本是親日的人物，所以有在自重慶來的藍衣社分子策劃對氏加以狙擊。另一方面，包拔英遠東軍司令曾一度在新加坡招待泰國空軍武官，目下仍有二名武官赴新加坡與英軍幹部會談。總之，英國是兼以威脅利誘，迫泰反日，泰國如背英國，英將於新加坡威脅之，泰國如能投到英國的懷抱裡，便有對日攻擊的可能了。

（五）我們的北方也是危險的

在表面上，英美的軍事合作是從南太平洋起通過印度洋，從美國起到阿菲利加。對於在瑞士方面軍需品，加以聲護，在「哨戒」的名義下，英，美，奧，新西蘭分担區境，戒護自獨方所加予的艦艇攻擊。所以簡含混其詞的合作，至此已經完全暴露了。這種防禦，勿寧說是對日作戰的前鋒，尤其是獨蘇開戰後，英美特別驅使重慶。李頓英駐華艦隊令司，甯曾在無線電播音機說：「假如遠東戰局擴大，必得在水平線上看見英軍艦的軍旗」，語調多末不遜！英於是把新加坡要塞化，美國也在遼遠的夏威夷，配置太平洋艦隊，又在馬尼拉增强了亞細亞艦隊，以當英艦隊一呼應。尤在馬尼拉增强空軍設施，對於日本的南洋群島雖較客氣，而對於瓜漢島則亦有防備之設施，各地英美蘭印的海空軍基地，全都有共同使用的協定。

南太平洋對日攻擊陣如此，同時我們覺得對於北方的威脅也不容忽視的吧。以德蘇開戰為機緣，英國業與蘇聯締結同盟，美國也加入援蘇的陣線了。英美雖然討厭布爾雪維克，但他們覺得在打倒法西斯蒂的目標下，不惜與任何人合作。美國援蘇的徑路如無他途，而必得徑路，北太平洋的時候，美國必得對這一方面哨戒吧。這也許對日攻擊陣的轉換。也不一定。於是日本所受的威脅，是南北方的。

前些日子到日本來訪問的國民政府主席汪精衛氏，在歸國之途的手記裡，提到歐美對於亞洲的侵略，說着「歐風美雨」的呼聲，希與日本攜手防範，實在說起來，「歐風美雨」的防衛，實在是目前東亞民族的重要使命。（超）

（譯自サンデー每日八月三日號（

小兒珠寶
鎮驚丹
專治小兒五臟食火急熱驚風胎熱胎驚臍風四六風驚嚇失魂昏迷不省牙關緊閉目直上視四肢抽搐咳嗽痰喘發燒發冷瘟疫痲疹白喉乳蛾及食物不化面黃肌瘦水瀉痢疾等症服鎮驚丹能鎮驚化痰去風清內熱每瓶五角每打五元大瓶八角

立止白帶坤順丹
秘製止帶養血膏
專治婦女經血不調白帶白淫血色不正七情帶滯熱寒邪積於子宮帶下赤白淋漓不止行經腹疼腰酸腿痛周身無力等症此膏能補血養神安胎種子並養新血坤順丹每貼一元加料二元每盒一十五帖
金十付二元五加料…養血膏每貼一元加料二元每…
售處北京前門內紙…胡同路北五十三號懷德堂電南四〇〇六函購郵費四角

一品膏
專治婦女月經不調白帶血崩乾癆久不受孕以及男女老幼胃痛腰疼腿疼心口疼肚子疼胃寒咳嗽虛損癆傷半身不遂筋骨痲木等症每貼一元加料二元每加料四元外埠函購郵費
到即寄總售處北京前外勸業場二樓
天和堂
天津泰康商場福善堂日界生藥局
稻香村濟南張聾子

週年紀念文字

一年來的婦女雜誌

劉芸

我國的雜誌一向是患着病症的，誰能否認呢．病源和治療的方法也是十分明顯的，不用我再來多費篇幅，單就病的現象說：有的是貧血，有的是軟骨，有的是瘋狂……因之「雜誌的夭亡」時有所聞，這眞是件很悲慘的事，更可恨的是並沒人爲這些亡魂滴一點傷心淚只是亡者的慈母——熱心的編輯們爲着愛兒的夭亡痛哭流涕，當她們拭着淚眼找人同情的時候卻只見到人們的冷嘲熱罵的神情，所以這些慈母們連一點悲哀都不敢掛在面上，只有忍在心裡慢慢思量：「愛兒怎樣得的病呢？」「怎麼沒給他治呢？」結果有毅力的再整體力重生較好的刊物；沒毅力的只有嘆口氣說句：「算了吧！」

近二三年來華北唯一的好現象就是雜誌的復興，而且都是生氣勃勃的，所以每當見到一個雜誌按期出版以後，就舉手稱賀道：「這個雜誌又加了一期的壽命」好像見到一個久別的孩子又長高了身量或一棵小樹結了果子似的欣慰。

去年有一天下課後，到東安市場的文化區——丹桂商場去買書，正翻閱着一本要買的書時忽然聽到一個人問賣書人說：「婦女雜誌賣的怎樣？」「很好」我轉臉見書攤上有封面畫着摩登少女的「婦女雜誌」因了封面的吸引隨手買了一本回到家裡一氣看了七八成，以後一個熟報販按期給我送到婦女雜誌就這樣的和我作起朋友來。

近來隨便在什麼公共場所總能見到一些智識婦女手裡拿着婦女雜誌，同時也能聽到小姐們談論着婦女雜誌，這是多麼可愉快的現象啊！這足證明「她」在婦女的心目中已留下了良好印象。

據實看來婦女是婦女的綜合雜誌，按質與量來論都很可觀，出版的日期也總在每月之初，可見「她」是健全的，非病態的，我們自當愛護「她」。

不過人類是進步的動物，誰也不肯對什麼事物輕易滿意總想求大進步和大改革，那麼婦女要想不生一般雜誌的通病，要想長壽是應當隨時改進的。

一年來的「她」按內容來說：舉凡婦女日常生活的諸問題的研究可算應有盡有，文藝方面，也多出自華北各女作家的手筆，倒底什麼地方應當改良呢？坦白的說：便是婦女生活範圍太小，似乎應當把家庭的門窗打開，放一些新鮮空氣進來，因爲我們一向所取法的典型婦女是日本婦女，所以我們對於日本家庭婦女的長處盡力的模倣和吸收洋裁，編織，料理，化裝……都相當的進步了，這自然是物質文明的一個小光輝，但是她們雖是家庭的好主婦，但她們也是國家的好公民，她們有跪着插花瓶的主婦，也有轉着機輪的工業婦女，也有生活在顯微鏡下的女醫生，有持着粉筆的教育婦女，有執習經濟的商業婦女，有女詩人，女音樂家，女藝術家……我們豈能只學些容易的，表皮的呢，他們婦女的工作既然有和男子相等的重要性，生活的實際問題也不止限於家庭「怎樣爲好一個女人的文章」和「怎樣擦亮丈夫的皮鞋」，是一樣重要我們不能離開家庭也不能離開社會，因爲家庭是附屬在社會上的，我們把家庭的窗子開大一點，免得悶到人家婦女的氣息時患着傷風病，

同時「婦女」和「都市婦女」有一個共同的責任便是「不要忘了鄉間婦女」請看婦女生活在都市的

是多麼辛苦啊，只拿婦女的難關——
——生育時期，來說吧，都市婦女
能住醫院生產，產後有好吃的補品
充足的休息，周備的調養，……，
鄉間婦女在這時好運的能接一個沒
知識的姥姥，劣運的自己和桂貓做
的收拾自己和嬰兒一切——不
過自己收拾總比收生姥姥弄得仔細
些，產後二三日就要下地作一切的
家務（其實這時子宮未收縮，最忌
下地，許多因之流血過多而死亡的
村間婦女，留下一個初生嬰（），
她們也覺得腰痛腿軟眼黑頭昏，誰
同情她們的痛苦呢，其實她們和都
市的慈母一樣流着大量貴珍的血，
忍着悽慘的肉體痛苦爲的給國家生
一個小國民，她們的功勞是和都市
的慈母一樣的偉大的，所以婦女上
對於鄉間婦女的生活問題當多加注
意，婦女讀者也當各盡所長的發揮
你們的見解和方法，因爲一個姊妹
的痛苦和自身的痛苦是一樣的「怎
樣領導女文盲」和「怎樣畫你的
眉」也是一樣重要的。

記得在中國文藝二十三期，梅
娘的魚有一段珍貴的哲理那便是：
「我，我看破了，網裏的魚只有自
己找縫鑽出去，等着已經網上來
的人再把你放在水裏，那是比夢還
飄渺的事」對得很，所以婦女的問
題由「婦女雜誌」來研究和解決是
再合適不過的，一年來婦女雜誌對
婦女的領導眞是難以數計的，那麼
再一年一年的進展下去，和一般婦
女作了最密切的朋友，其成績和功
效當有意外的收穫，我們眞是欣喜
而切盼的，點起塔上的燈吧，多少
姊妹們已經沈在黑夜的波濤中了，
塔上的燈要因而點亮，因爲沈淪者
到處都是啊。

結婚一載

琳子

當我尙是一個天眞，活潑的孩
子時，那種毫無掛礙的生活裏，沒
有什麼具體的理想，更沒有婚姻的
觀念，可是母親却時常在靜閒的時
候，尤其是夏季院中乘涼的夜晚，
她提起我的終身大事，雖然我聽來
是淡淡無味的，可是我並不斷阻止
她的話興，爲了她的愛護我，關心
我，何況又是有益於我的——給
予我以婚姻自主的權能。

母親受了舊婚姻的影響，過了
一生苦痛的日子，所以她不願心愛
而信賴的孩子，再受同樣的陷害，
因此，當如今我感到婚姻滿意時，
不得不謝謝我的母親和家庭。

正爲了母親給我如此權能，愈
發使我對她坦白忠實了，但是我知
道她不願意，而我也不願的，那種
羅曼諦克的戀愛發生在我的生活裏
，換句話說就是我的戀愛必要以長
久結合爲目的，我的婚姻需要以戀
愛爲基礎。

當我把戀愛對
象第一次介紹給母
親時，她便加強了
我們的感情濃重與
相處的機會，並協
助我認識他內外一
切，因之我們在如
意的環境下，很迅
速的熱烈起來，母
親和我思想相違的
地方就是她願婚禮
早成，我願戀愛期
長，但和他的家也

週年紀念文字

這張早日實現，我爲了身繼三方面

的意見，和我年齡的相當，於是便踏上了成人的生活階段。

一我們的臥室

去年結婚時，臥房裡的設備，也可以說是採納我的意見，我認為臥房需要溫暖的風味，但是必須以經濟為原則，簡潔為目標。

那是兩間明爽的北房，中西合璧的房子，屋頂是平的，牆壁皆是奶黃色，那是自己選的顏色，為了協和襯色，奶黃色中却有些粉肉色顯淺而素淡的，既不悅目又不艷麗，只稍有些溫情的誘惑，使人在舒適中感到清爽，快意，並泛起微微的衝動。在這一年的過程中，我深信顏色能給我們一種調合和慰藉，它襯起全房的美和柔，更濃密了我們的溫情。

窗簾是軟質的淺淡粉紅色，我尤其喜歡那緊密的摺縐，並且有些透明，可以在屋中望見室外的行動，然而除在燈亮外，外面看不見屋裏的一切，晚間，燈起後放下裡面一層垂簾，被燈映照着和牆壁諧和一色，屋中的美簡直無以比擬了。

室中東南角窗根下放着一張單人鐵床，東北角是張雙人鐵床，上面放了一雙淺粉色枕頭，繡着肉黃與粉紅色的新穎花朵，如果反過來看那是白色上繡了海藍色的英文字。裡面皆是柳絮，既大且軟傾斜的放在床頭，床褥厚厚的異常柔軟，這是適於休息疲勞身體的。我尤其喜歡純白色的床面，它能給我一種簡潔清新的感覺。還有兩張棉被，值得紀念的是俞蘋特贈給我們的。

另外近窗的床上，即是婚前他所用的一切，當月色明澈的時候，很早月光就洩在他那床上，堆着銀色的一片，如果再加上熟睡着安靜的臉龐，那種悠色更無言以形容的了。

在我那雙人床旁放着一張玻璃櫃，右方是一條長方玻璃磚鏡，左上方皆是排排抽屜，左下方是一個新奇的櫃門，玻璃磚門打開，裡面放着許多衣服和床被。

兩床的中間，有一張圓而小的桌子，覆了一張米黃色桌布，有時上面放一瓶晚香玉，夜來香，以及一瓶漱口藥水和涼白開水。

我們就把臥房也當做了辦公室，近亮處放着一張可以兩人對坐的十屜桌，上面免不掉的又是玻璃版，桌燈，墨水瓶，書夾子……一類東西，左方接着一個書架子。此外除去椅子，衣架……零碎東西外，並沒有什麼傢俱了，我們不僅在這裏睡覺，工作，讀書，寫信，唱歌，談話外，也在這裏會客人，招待朋友。

只是，西南角尚有一塊空地，希望着有一架鋼琴。

二，浴室與厨房

從臥房西牆壁門，可以通進浴室，當初為了方便，也沒有刷新牆壁，可是色彩尚稱潔白。顯了北牆是一個長大的浴池，所以，決無一點四濺的水跡；有兩個冷熱龍頭，池頭是一面半身照鏡，池尾掛了毛巾，放着肥皂，種種設備非常便於浴者，每天，我們輪流相繼的洗一次澡。

南面放着一架梳妝臺，為乳白色，上面脫不了的口紅香粉，凡士林油，雪花膏，酒精，碘酒，和一切家備藥品，以及那從來少用的香水精，紅粉，眉膏──朋友贈予的珍物。全是這些富麗裝璜的東西，倒也頗有風趣。

下部皆是一排排橫長抽屜，裡面多是我們的衣服鞋襪，所以洗完澡，或者出門更衣時都舉行在浴室裡。台子對面兩架洗臉白色面盆，上面有玻璃管掛手巾地方，每日早晚洗漱都在浴室裡，一切尚很便利。兩個夏天，我們多消受着浴室給予的舒適，因之，養出了兩副均健的體格，和血色的皮膚。

有許多家庭的厨房，只為了做飯方便，却疏忽了整潔和空氣，薰黑了的牆壁屋頂，桌子上「盆朝天碗朝地」。

我們的厨房，是一間寬亮的西房，純白的牆壁，和窗簾，新換的鐵紗窗和竹製門簾，為了防止蒼蠅的飛入。

簡單是這房裡的特色，中央一張飯桌子，上面放了一塊玻璃磚，下面一張食物表，記載着我們嗜好吃的食品，待我想不起吃什麼的時候，那裡給我一個提示，並且告訴我一些富於營養料的食品。

為了節省時間，我們早晚飯都是格外簡易，煮飯炒菜，我都能很

熟練的製出，然後一同取用，那僅用的鍋碗盤……用完後不消十分鐘就以開水洗淨，整理清潔了。

做飯的桌子放在西南方面，靠近自來水龍頭，冬季用一個兩用洋爐燒飯，而每至夏天僅用煤油桌爐。

另外一架留聲機，很多時間放在這裡，因爲一天裡做三餐，吃三餐竟佔去了多部光陰，在音樂交響中，我們的食慾易形旺盛了。

三，規律的生活

自結婚以來，生活就踏進了規律道路，每早五點的時候，我從床上獨自穿衣服而輕輕的走向浴室裡去，夏天他習慣的要早晨洗一次澡，冬季，却直接洗臉漱口，梳妝台前我僅費用半小時的光陰，把一夜的殘[illegible]，煥然一新，爲了給他這一天開始時的刺激。然後，預備下一份洗臉和漱口的溫水。爲了讓他多睡一會，我先到廚房去煮粥。

回來臥房，他不知什麼時候他離開床到我的床上睡着了，我蓋的是一張粉色的被，却也被他不客氣的蓋上。我把他床上一切整理完畢後，輕輕的坐在他身旁，搖撼着他醒來，啊！原來他早已醒來，偷窺着我的行動……。

「妳眞讓我愛妳……快再來休息一會吧！」他……。我們終日在這火熱的生活中過日子，一年來一些沒有退減。

這時他像一個孩子，需要我來幫他穿衣服，送他到浴室去洗漱，我回來，整理臥房各處，時已七點多了，一同到廚房進用溫香的米粥，那裡，一曲適於清晨的音樂，與奮起一天的精神。待我洗完用具時，回臥房停留片刻後，於是就分開了。我相信他的工作一定有美滿的完成，這也是他每天告訴給我的。

早飯，下班後兩點鐘的休息，回來後就跑到廚房去了，我煮飯，他爭着下米，我炒菜他爭着切菜，時常爲這些事我吵起嘴來……；

「你累了休息一會好嗎？」

「但是，妳也累了」。

「可是我不願你在累了以後做事。我却不用你來管！」

他爲後面一句話就要假生氣，不免又費我一番央求，結果他說：「妳太殘待自已了，我不願意，以後不再這樣吧」！

第二天依然如此，甚至每次都是當天晚飯就又這樣爭吵，於是時常一天兩次鬧這把戲，以解一日的疲勞：

晚飯後，除去看一兩次電影，或是天氣美妙時到公園散步外，多是對坐在桌上各自辦起公事或回復友好的信件。

相處時總有些有趣的小事調劑着生活，直到九點時，各自扯着疲勞的身心安然去休息了。總之常吵嘴的主要是「搶做事」，有時他違背我偷把衣服送到外而去。當我給他洗衣服時他總是搶着自已來做，可是在這件事上我的態度非常强硬，結果使他生氣了，但是這生氣不僅不影響我們的愛情，反而加强了它的濃重。

四，病中的風波

不幸，他患了了外科病，下腿部有了破碇，我的心整個愁起來了。

他不能再到浴室去，於是我親自給他洗臉。爲了他習慣每早到我床上來，免却那腿行走的不便，我允許他來我床上睡覺。

臥房[illegible]了塵，[illegible]擬來了，早晨陪他到醫院去看，醫生吩咐他敷藥自養，於是，我開始了護士生活；我並不以換藥爲可厭而減煩的事，他却總不許我一動，然而爲了我眞心非替他敷換藥不可，再三央求，才允許我接近他的患部，那不過是熱毒要發作吧了！

總是輕輕打開繃帶，用酒精擦了四週，抹上藥……，如序又輕輕的纏上了，當我抬起頭時　他感激的目光凝凝的看着我說：「妳怎能不使我愛妳！」他扶我起來，坐在旁邊：「歇一歇吧，只勞苦了妳一人」。聽到這句話後，我毅然走去：「以後我不管伺候你了。」不待他說話，我已回到廚房去，做些不常吃的菜飯以慰他病患處中的食慾。

飯後，又到換藥的時候，我把一切東西交給他說：「我該歇一歇了，免得勞苦我一人。」

他撒嬌的扯着我：「我自已不會呢？妳給我換吧，啊！」

「我累了！要歇一歇去！」我已不禁心中暗笑。

「妳看我病了怎麼不方便，妳還要蹩扭我！」

「不是我彆扭你，是你覺扭我以後不要說勞苦我一人的話！唯有我給你換藥，我才放心，也唯有我勞苦後，才有快樂。」

他感動地：「快讓我好了，那時我再幫助妳！」

自此以後，每次換藥毫不費力的，無疑的，我完全負起這件任務如果細心體會，這次小風波，不過是兩個人各自深愛對方才鬧的彆扭。

五，我患了沉重的咳嗽

今年春三月的上旬，我的咳嗽由輕而重了，急切，斷續，沉重的嗆嗽，當我睡覺時依然隱忍不住我生怕吵醒他的睡眠，然而偏偏他徹夜不寧的靜聽我的氣息，當我喘急促的沉嗽時，他立刻坐起來爲我倒一杯白開水，總是由我焦急的搶過來，於是喘息更甚了，他怒氣的說：「總是這麼固執，病了還不許我爲你倒一杯水。」

「我沒有病……」跟着一陣輕欬：「咳嗽不算病呢！」

「不要這樣，讓我爲妳撫一撫吧！妳看多麼讓我心疼呀！明天吃一點藥吧……」他撫着我的胸部，迷茫中我睡熟了。

一覺醒來，他把手放在我的胸上睡着了，實在抑止不住又是一陣急嗽，他忽的醒來給我一杯水，扶我坐起來喝下去，由不得那沉重咳嗽又上來了，我急燥的說：「你去睡吧！這裡恐怕你不能睡好，明天怎麼上班去？」

「不要想這些了，快安心睡一會吧，」他撫着我的胸口，睜着兩隻大眼，窺視我的形色，我不堪這數日的疲乏，沉昏入睡去了。

天色將明我醒來，發覺睡在他的右臂上，怕吵醒他的覺，我急忙又睡下去。及再醒來，已不見他的影跡，待我剛要起來時他拿出臉水過來給我輕輕的擦臉，擦手……。

今天的晨嗽更重了，幾乎臉色發白，氣息微小而急促得使我也有些驚異了。他默在一旁，眼角掛上兩滴清淚：「起來我們到院裡走走吧。」

及至起床後，身上一陣清爽，支撐着自己走出去，換一換新鮮的空氣。他說：「天氣和暖了，妳快些好起來，我們該到北海最初定情的地方去坐一坐吧！」我不禁把紅燒臉上一層羞色。

睡覺時，他拿出一瓶止嗽藥水，我怕極了那苦而甜的味道，反不如純苦好吃一點呢！我用恐怖的眼看着他，他說：「讓我慢慢的餵妳吧！」我連忙躺下藏在被下，他立刻就下來溫柔的說：「吃了吧，明天就會好了，妳看我多麼着急；……」。我依然不動。

他掀開被，把我扶起來，一手抱着我，一手灌我吃藥，我痛苦的掙扎着，一口口的老想吐，可是爲了他這樣關切我，我忍了這向來不會忍的痛苦，順利的吃完了。

他把我抱倒，蓋上被，緊緊地撫着我胸口，抱起我的頭痛哭起來了，我急促的：「怎麼哭了，怪我不聽話嗎？」

「不是，我太殘忍了。」

「別哭了，你不是殘忍，是願我早點好，不過我太缺乏勇氣，你看明天再吃藥我就不怕了，今天是我故意等你餵我：別哭吧，再哭我也哭了。」

次日，晨嗽也好了，除去殘餘的輕嗽外，一切大愈起來，他和我都去了愁容。晚間，爲了讓他知道我可以克制自己吃那最厭惡的藥水就拿起來一氣喝下去說：「都喝下去就好乾淨了。」他感動的說：「妳爲了我竟改變這十數年的孩子毛病，怎能不使我疼妳呢？」

六．結束的話

一年中，我們也有時鬧着意見，不過，爲了我們昔來意志，興趣……相同，所以意見相違的時候很少。有時由於我一句多言，或他一句冷話，於是冷靜的理論起來。

一兩句抗語後，我不再拿出個性來（生平只對他一人如此）我將必說溫順的話了，可是雖只一兩句抗語已足使他怒髮衝冠了，這是他唯一的男子氣。

我不去觀察或分析誰的對錯，過去扯起他的手：「不要爲我生氣我錯了，看看累了一天又要生氣。從今我聽你的話啊！……」。我再三央求，呈笑，非給他求得笑了不可。

但是，他的性情是如此，總要

過一多鐘頭後才被我央勸喜歡了，他說：「我沒有生氣，是故意如此的；我需要妳給我一些刺激，這種刺激過去後使我更愛妳了。」

「能原諒我的錯嗎？」

「那是我的錯，妳不能揹去……」。

的確，有時我願把他的錯搶過來，委曲的求他饒恕我 這樣反而能感動他，無論如何我認為這是對的。

正如我願意做所有的事，而不允許他來作，我願意每晚服侍他上床，我再找出他明日要穿的衣服才睡。早晨早起料理完一切方叫他起來，處處盡可能的給他舒適的享受，那並不是我因襲了女子奴隸性，是我對他愛情的熱烈，他也是如此待我，所以我深信愛情的施予也就是愛情眞締，和得受，當他說：

「妳不能只為顧及我，太殘待妳自己，如果世人都像妳一樣，那麼女人多麼痛苦了。」

「女人生來苦痛果然多，可是我能有你，苦病都失了味道；雖然你以為我過分的伺候你了。可是，我認為我的伺候你先不管應該與否，那只是我深切的愛你，情願伺候你，你又何必阻止我的愛情呢？」他聽後他那種神情和動作，太使人難以出口說述了。

他一天都不能離開我，何況去作那留連在外面的事情，我不願取用那種太太對待丈夫的態度，而且我也相信他會永久與我心心相印，不去作任何違我心志的事。

有時他問我：「妳當我怎樣時候才不愛我？」

「我永久愛你，到你不愛我的時候我也愛你，你遭到失意失敗時我也愛你……不過你一旦無故消極，沉淪，輕視學業，不求上進的時候，那時，我認為無故墮落，我決然不愛你了。可是，我永不能讓你走上這條路，只要有我在你身旁。」

他感動地說：「啊！妳是我的姐姐，是我的妹妹，情人，朋友，啊！我的妻子，我又怎能辜負妳的熱望呢？」

面母香膏



面母

FACE REVIVER

面母香膏是皮膚科專家以乳脂及嫩膚去物等特效藥物製成內含多量養氣及蛋白質確能白嫩肌膚醫治雀斑面刺等患粗燥之皮膚一經使用即轉成潔白芳嫩之面容無油膩乾燥不溶解等流弊四季咸宜香雅質細

面母香粉不含鉛質 各大百貨商店均有經售

女界留神



廣東張伯齡發明?雞血藤丸，純用去渣提液新法精製。功效神速。發行三十餘年為女界所信服各省馳名向不藉廣告欺人。主治婦女氣虛血虧。月經失常。白帶不育。新久雜症。產前產後隱疾症閨女積鬱善氣經水久停。凡經醫士斷定氣血兩虧久治不愈者。即服此丸保能極見功效。功用細則內詳說明書暫仍舊價每盒二元每打念圓。函購代寄。

總發行所北京宣外菜市口六號

廣東 濟世大葯房

電話南局三二六四

電話買藥管送

三年的時光

黃璧

我已經畢業兩年了。想起三年的高中生活如夢一樣的過去的，在這個階段中，我經過了多方面的顛波，也加了許多複雜的滋味到我的夢裡來。經過了意外的折磨，對生的認識可以更深一層，於是我自己也常想：「如果在那個年齡而有現在的認識，那件事就不至於辦錯了。」啊！經驗給予的教訓實百倍於每天課堂上先生所口述，學生在紙上沙沙所寫的。究竟給自己以實惠，助自己前進，指示自己道路的，却是你每日所接觸的最平淡的事，却是每日迴繞你的極平凡的見聞，在這些平淡事務上，放開你的眼光，奔馳你的思想，遂可編成一部極切身的課本。

初中畢業升入高中時，校中有免考規則，自己是免考了九科的優秀者，（考入高中時是要考三年初中功課的。）但自己仍有些提心吊胆，怕升學失敗，當然更談不到驕傲，入校後，因有外校來的同學，遂更勉勵了自己的好勝心，用最愚昧的方法用起功來。下課間歇的十分鐘，也都是坐在教室中演算題背英文單字，很奇怪的一班二十八個人，從各個不同學校來的，却爲這用功的風氣所貫通，也許是好勝，怨妒交識成了强烈的競爭空氣，但彼此皆能保持眞誠的友情，且能團結一致，互助互愛。雖都過了十六七年紀，却孩子似的天眞活躍，開學不久便被教務主任譽爲全校的模範班，成績的評定也破了歷年各班的記錄。在那一年中，我們是在活潑，向上，歡快，團結的青春色彩中過去的。

第二年在課業上加重了分量，同學也少了兩個，大約到第二學期時只餘了十九個人，這十九個人中我記得只有兩個是打算致力文學的，其餘十七個都是夢想着著名大學的理化系或是醫學，在這一年中我自己最覺吃苦的，想來也是最呆痴的，便是也隨了同學們每天低頭在數學演草本上，在自己天才毫無，頭腦遲鈍，性情又背馳的情形下，每天把精力血淚都在XY的公式上放了進去，只爲怕落後，怕學期末的成績單上有一個「乙」的評號；案頭堆積着「世界文學名著」「文藝叢刊」等等小說或雜誌，那麼多自己想看且需要看的書籍竟未敢稍一伸手。在教室出出進進也統是瞧見他們在研究某一題解析幾何，某一個物理實驗報告。運動的時間及心情減低了一點，加添的是每個人都在想法子減少睡眠而更多看點參考書，我這麼寫出來並未加半分誇飾冀博別人的好評，實際上我們那十九個同學相互間競賽好强的力量使我們時刻都是在畸形的緊張中。所以如今看見弟弟妹妹下課擲了書包便去打球或聚在一起談談 Errol Flynn 或是電影故事的閒散心情時眞看不慣極了。我不明白他們會否稍稍涉想到自己的責任，自己的前途，自己虛拋了的光陰，自己浪費去的父兄血汗，

學校裡有學生自治會，可笑我們班人數太少，竟不夠會章上規定的額數，「你們班無論大小事一向齊心，且上課無須糾察股維持便都能肅靜聽講的，就不要這組織也可以了。」級任教員笑着對我們這樣說。我們也眞這麼作了，沒有總務也沒有糾察，但到了需要徵求大家意見或要大家合力去作的事上時，則都能井然有條熱心去作。在我們十幾個人間不許有隔閡，這是很不易辦到的，尤其是女同學，好勾心鬥角，多疑多妒。可是，在我們中間居然作得很理想，眞能同室砌磋，互爲砥礪。先生也有精神也有興趣來教導，這兩年所奠定的基礎夠得上說鞏實的。那年暑假適逢古城中的大變動，我們乙組同學遂與甲組合班了，曾在一起共歡笑共悲戚的同學爲「死，散，逃，亡

」門個字所支配，初秋開學時，零零散散添了不少凄涼感，我們班最優秀的一位同學害傷寒症死去了。

最後一年也許因爲許多事都唯循規蹈矩，先生又請了新的，很不、接頭，學校課程進行及秩序上受了不小的擾亂，都要慢慢去抽頭理緒，同學的精神，渙散了不少，又有極少數的踏入戀情的網羅，每天有些心神不屬，不過大部分還能很穩定的用功，爲了「升學」那個緊要關頭。

又一個蟬鳴時節，我們畢業了我的原意本是「三年來生活的回顧」，惜我自覺未出校門時所想所見如一方窗外之天，倒是畢業後兩年心裡感觸與認識能更深一層，所以我希望編者的寬容，允許我附帶把牠寫下來。

畢業後，有費了最大的力量去謀職的，有安適的去升大學的，也有視「結婚」爲「終身大事」而找得「歸宿」的。在學校上課的日子常盼着放假，還是不必否認的心理。同時也常覺得處家或謀職者的閒適。如今才明白這是極大的謬誤之見。這三條路中，現在才明白是走第二條的，無論是經過了艱苦磨折或是能安心上學的人都是快樂的。

謀職的朋友們走入社會，不具有堅强毅力的多半不能抗拒虛僞，浮華，世俗氣的薰染，尊貴與驕傲都受了挫折，休息時間也多自慰似的去找麻醉劑似的娛樂，會有過「鵬飛萬里」的壯志的人也日趨享受安逸去了。

結婚的朋友們回到家庭，開始爲油鹽柴米斤斤兩兩的計算，半年不見就變得老了許多，臉上也失去少女的紅潤光彩及朝氣，尤其是作了母親的，在睡眠不足與撫育幼嬰的劬勞下，個個都憔悴多了，見著故友，便握了手向我吐訴她的瑣碎的煩悶，「老太太禮節太多」「妹妹太嬌縱」「他每天說爲應酬三更半夜才回來」「這孩子眞要命，累得我白天黑夜都不能睡。」諸如此類的怨語，填塞起我胸中的憤懣。更懊的還有「他竟喝酒，醉了向人發氣，有人說他外面有女朋友。」如果只是物質或別的親族的壓迫，作妻子的總還可忍耐，唯遇到丈夫不忠實時，抑要使她們無時無刻不在担心，失望，焦急，苦慮中，面孔愈憔悴，精神愈頽廢的眞不少。……因此我想到一個人除非是感情駿理智更强者外，而陷入戀之夢的眞無異於毀滅了自己的終生。

在已經造成的不平等的際遇下，我們偏想求平等。同樣事，男人作了視爲平常，女人作了便是犯罪，便要惹來多少詬罵與誹謗。所以，要想求到平等的待遇，要想提高我們自己，應有貫澈始終的精神去追逐事業，一步也難放鬆，能自信自己的智力，體格，而持以永恆的鍛鍊時，我絕對否認在事業上會失敗，會落後。能把愛放在廣大的意義上，把路看得長遠，把人生的幸福與快樂從「夫與子」的身旁移開，女人們會有成就的。人們常把女人視爲人間的裝飾，常說「世間如無女人便太荒涼了，」又常把女人看爲安慰男子煩愁寂寞的東西，如果我們清醒，這一切都是恥辱。把依賴的感情，把怯懦的胆量，一切苦痛都可以「希望」與「志願」去克服，在學業未完成一個節段，在茫茫人海連一個小旗幟也未樹立時，不要走向家庭，這是我的意見，我不反對異性的交往也不反對「戀」本身，但是必要是認清「友誼」與「愛情」與「婚姻」的性質。我覺得甚麼也不值得我們爲牠而卸却我們的責任，而勒住我們的征鞍的。

三年的高中生活如一個孩子的夢，夢醒時，回境已絕非夢中所見，冷酷的擺在面前的事實，非醒了夢，也扼縊了孩子的天眞，我們原不能在樂園中預算樂園外的日子，我們原不會在光明裡設想黑暗中的襯托，希望仍在這三年裡的階段上走着姊妹們能珍重自己，不要用愚昧的方法求知，想求知識時刻有新鮮的興趣與精神。更不要在寶三年的專修生活中放進任何擾亂來。

話說得太遠了，就此住筆吧。

週年紀念文字


憔悴玉容花事謝
利凡命
補血聖藥
花木尚須灌培，否則容易萎謝
人體精血虧損，更宜及早補救
血為生命泉源，故少壯之年，血液充沛，精神奮發，百病不侵，冬不畏寒，夏不怕熱，動作敏捷，着枕酣睡，衰老之年，氣血兩虧，精神萎頓，瘦骨嶙峋，畏寒怕熱，常患感冒，行動遲緩，失眠多病。
「利凡命」為著名國產肝膏製劑，補血功效，最為顯著，凡婦女產後血虧，以及大量出血之後，大病之後，戒烟之後，惡瘧後之貧血，均宜服用。
上海新亞藥廠製造
各大藥房均售
LIVEMIN

一個女招待的職業生活

我的工作自白

陶金

懷着一棵恐懼的心，去拉門鈴，我爲這晚歸而戰慄着，一串串不了解的言詞，會以媽媽的口中罵出來，果然，門一開，便送出了媽的乾啞的聲音：

「死丫頭！妳還回來呀？我以爲不定跟那個野漢子逃了呢！」這種無理辱罵的言詞，刺痛了我的心，我眞奇怪爲什麼母親對於女兒永遠是這樣的不瞭解，簡直在我們之間隔了一堵厚厚的牆。難道媽也以爲我的職業是最下流的，人也隨着卑賤了嗎？不然爲什麼這樣罵着呢？

暮色中看到了媽躲在門後的面孔，氣奮和勞累使它變成了蒼白，兩頰更顯着凹了進去，寃枉和熱情刺出了我的淚。一言未發，低着頭溜了進去。

對於老年人去解釋回家晚的原因是毫無用處，唯一的方法就是趕快換下衣服，再掙扎着勞累的身子，接過來媽沒做完的工作。

給弟弟們洗完衣服之後，已經十二點了，全家人都已睡去，月亮像一面鏡子，清明的浮在碧藍的海空中，我筋疲力盡的坐在角落的石階上，深深的喘一口氣。

…………

恐懼浸蝕着我的心，這兩天經理的態度簡直有點不平常，今天又把我獨自叫到他的屋子裡，亂七八糟的騙扯，有時他簡直用最下流的話來誘惑人，幾次我想禁止他繼續下去，並請他注意一下我的人格，可是，這不是太可笑嗎？——我的人格，我有什麼能被人尊敬的人格呢，我只是一個咖啡館中的女招待吓！

我想逃出他的屋子，可是我不敢，我要十足的擺出恭敬的樣子，站在他的桌子旁邊，他的下流的話，毫無阻碍的溜到我的耳朵裡，我不能帶一點氣奮和煩惱，因爲他是我的經理，有着十足的權利來判斷我的職業，假若我氣的任性和他發發脾氣，那麼，以後呢，媽能允許我又自己打碎了飯碗嗎？這位可憐的老年人，除了報怨，不會再知道得更多一點，她看到我的同事，掙到比我多的金錢，便努力的罵我不中用，可是她就不明白，一個女招待所應得的薪金，不能那麼多的，況且，那錢的來源，簡直塞滿了罪惡！最下流最可恥的罪惡！

我恨我爲什麼選擇這種職業，可是，我又能選擇什麼呢？小學畢業，升學只是一個抓不到的幻想，媽又整天的逼着要供給我小學費用的報酬，我的良心也不允許我辜負她這點小的慾望。

根據紙上招考的廣告都看遍了，對於一個小學畢業的女生簡直沒有什麼出路，上不花錢的職業學校當然可以，不過我的目標，（當然說媽的目標更合適點，）是要能賺錢，只要能賺錢。

最後，我走了這條路，在一個中國飯館中充一名招待，媽和我都相信，職業分不出什麼貴賤，只依據人的行爲，動機，這種理論是金科玉律，雖然我也覺得這種職業的可恥（我只恨那個名字，被人們看不起的名字。）可是我也下了恒心，爲了金錢，爲了生活，我要努力去擔當我的工作，並且，我希望我不和別人一樣，把這種職業弄到下賤的地位。

第一天上工，並沒有什麼新奇和不安，工作是超出意外的輕閒自在，簡直一天中沒有什麼大事可做，端東西和稍微用點力氣的工作，都由男僕倌去辦，我的同伴們都是穿得花枝招展的在院子裡閒扯着，批評着穿得不體面的女客人，議論着滿臉縐紋的老頭子，好像只有來了年青的男客，她們才有了事情，

就算結束，因爲掌櫃的多發慈悲，多給兩塊錢工資，十一天只當半月計算。

同伴們一面看着我收拾行李，一面怨着我不知好歹，不應當和客人發脾氣，最後他們好心的囑付我，做事要能吃苦耐勞，並且要忍受。

「可是，妳們想，那種下流的行爲我也能忍受嗎？」

「嘿！」她們一齊喊「妳這人根本不通人情，人家好心來勸妳，愛聽不聽啊！講理呀！別做這事呀！」

暮色中，我拖着行李，緊握着八元錢，重新踏回了家門。

媽是够聰明的，不用我說一看便完全明白了怎麼一回事，隨着門聲，發出了一聲絕望的呼喊，緊跟着就是一陣劇裂的咒罵：

「沒有長進的東西呀！念書把妳念糊塗囉！除了吃飯，妳還會什麼？一點累也受不了，妳呀！沒生到有錢的人家，閒着呀！放心，妳沒那福氣，像別人似的跟着小伙子滿街跑哇！嘿嘿！不要臉，告訴妳，不找事，就別吃飯，我不能養一個廢物，爲什麼別人都能吃累，妳偏受不了？……」

我無聲的捲伏在一個角落裡，偷偷的哽咽着，我怕媽聽到我的哭聲更動氣，我停止了呼吸等待着，我乞求這種漫罵能自動停止。

「我是因爲不能吃苦嗎？」這問題在我的腦內反復的動搖着，整整一夜，媽沒停止罵，我沒停止哭，當陽光又重新照到我頭上的時候，又增加我的力量，我要再去尋找職業。

結果和第一次一樣，社會並不能爲我佈置一條通行的路，第一次的職業雖然已經粉碎了我的心，可是我還得重走這條路。

這是一個着名的咖啡店，位置在一家大百貨公司的四層樓上，室內佈置得很華麗，我的同伴們都穿得比闊家的小姐太太還漂亮，生活比飯館清潔的多，客人也都是紳士之流，同着女人一齊來的男客，是再好沒有了，用不着站在他們面前去侍候，可是獨身的男客，便有些不同，他們都喜歡坐在獨間的屋子裡，無事生非的發着脾氣，要不然就是嘻皮笑臉的問長問短，我們必需耐心的答覆着，態度也要盡力裝出溫和，快樂，一笑，一笑的陪着，有時他們能硬逼着妳喝酒，這除了接受之外，沒有別的辦法，因爲最要明白的是「客人賞臉」。

這兩天經理常常把我叫到他的辦公室，問許多不相干的問題，有時明知道他沒有什麼事了，可是也不能離開那兒，他的放浪的態度，使我很害怕，經驗逼着我不能不恭敬他——因爲他是我的經理。

今天，又把我叫去了……

「該死的，妳還未去睡！」

媽的喊聲，嚇我一跳，一定在無意中，我發出了嘆息，要不然媽怎知道我沒睡呢？」

躺在床上，全身像洩去了刑枷似的感到一陣舒服，吹滅了燈，我希望永遠沒有天明！

一九四一，八月五日晚


請用資生堂石鹼
用華北的水質是硬的惟購資生堂硬水用的鹼最爲相宜品質優良風行全球各百貨店藥房均售
（總售處）
義盛成百貨店
前外瓜子店街電話分局二六○○

明目保光丸
一盒保好！
此丸乃爲張氏祖傳秘方復經天津市公署註冊許可對於男女老幼遠年近日一切眼病最有把握無論臟仁散光視物不清見風流淚沙眼雀矇眼發暗不明或暴發火眼氣矇火矇紅線雲翳時常疼痛或連偏正頭疼等眼科七十二症請速服（明目保光丸）輕者一盒準保完全除根每盒二元 三盒五元
厚德堂藥店
總店 天津南門內路東
分店 天津法界勸業場四樓
支店 北京前外西河沿東口聚賢旅社內
代售處 濟南普利門外廣太和 唐山糧市街一和堂新立街一和堂 張家口長安街宋記報社 順德南關東街永昇泰
：外埠函購不加寄費來函請用掛號信：

新式結婚的知識與花束製造的方法

瑛



前奏曲

——結婚的種種——

Here comes the Brides

All dressed in white

德國音樂家Mendelssohn氏的名曲與鋼琴底鏗鏘中，映現着一位穿着銀白色的禮服，綣曲成波浪式似的髮兒；被壓在雪白的長紗下。胸襟上佩着異常美麗的花朶，左手中執着一束鮮花底新娘。「啊！多麼美麗壯嚴的甜密底婚儀呀！」「這句話，常常被參與者或許多人羨慕地說着。

當然，新娘是結婚式的主角，其他配着儐相賀新人等，更可增高着不少地興趣。然而在現代化的潮流之下，不論歐美各國，對於花的一項，總是認爲在結婚儀式中，處着最高的地位，而尤其在所謂文明結婚中，花束是絕對不可缺的。

在每年的六月中，是他們最盛行的結婚時期。依上古希臘的習慣，新娘必定要吃着榲桲，並且戴着山櫨所作的冠環，在結婚的祭壇上，也用着許多美麗的花裝飾着。德國用馬鞭草或Uernain做成了環，送給新娘。據說用這種植物，有神秘的功效，因爲這種植物，有夫婦永愛的理想，所以新娘非常的喜歡。在瑞士有用Edelweiss的，獻給他的戀人，也具有一種堅密熱愛的用意。又英國在這時代，花的流行，依着他的種類而不同。

通常的結婚式中，不論新娘與儐相等，大多在與結婚有關係的人，普通都身上掛着襟胸花束（或稱裝身花束）Corsage Bouquets（圖一），手中也執着花束，這種在外國叫做Tuge Biceo 但是所謂新娘花束（Bride Bujueto）（圖二），最爲流行。

——婚儀的場所——

「結婚，」這兩個字，在人們底腦海中，是多麼幸福的一件事。「不孝有三，無後爲大。」眞的，結婚便是人生三大典禮之一，不問東西各國，在甚麼時代，都是很壯嚴的舉行着那儀式。

在宗教上與地方上風俗的不同，那麼他的儀式，也隨之而不同了，外國的文明結婚，是傚效宗教上的基督教的習慣，所以他們認爲文明結婚，大多在教堂中舉行的，在我國，那末就不一定了，至於我國的集團結婚，也是特出新材的。

總之，不論宗教上與地方上風俗習慣的不同，對於很多的親友來賓來慶賀，共同參考，表示壯嚴，熱鬧，偉大的氣象，是人人都希望而歡迎的。所以他的場所，非家庭所可能了，也要能夠容納着許多人數爲原則，於是場所的問題，也有下列種種的不同了。

1教堂（Church wedding）在各種宗教上的結婚儀式，都在教堂中舉行的。

2家庭（Homewedding）假使舉行簡單式的結婚，所參列的親友與來賓很少，所以可在家庭中舉行之。

3花園（Garden wedding）這是外國的習慣，在屋外花園中舉行結婚的儀式。

除了以上種種之外，更有在著名的菜館或上等旅社中，設々祭壇以及新禮所，舉行着很嚴肅的盛典。近來因爲時代的趨向，吾國也有在大旅社的廳堂之上，舉行結婚式的風氣盛行了。

關於花束的知識

——花束的功用——

花束英名叫Bouquets，他的起始，是從前的人，常常聚集了許多種類的草花，配合成美麗的色彩，束成一束，作爲贈人的禮物。這種很有趣味的事，好像上古時代的人民，用着貝殼，作爲交易的貨幣，有同樣的價值，在那個時候，這種事很是盛行，却是也很風雅。到了後來，漸漸地進步，漸漸的改良，遂成了今日的花束。

花，美麗的，可愛的。所以外國有用花束，作爲男女之間互相贈送的禮物，以爲合於甜蜜的契約，好比我國在訂婚時行交換禮物的風俗，有同樣的意義。

以上所々的，僅爲大多數而已，其他更有各種不同的用途，像

1結婚用花束（Wedding bouquets）

2贈答用花束（Dedication bouquets）

3裝身用花束（Corsage bouquets）

4葬祭用花束（Funeral bouquets）

等種種，不勝枚述，但像演奏會，送迎會，歡唱會，以及其他類似的各種場所，都有使用，所以贈答用的花束，在近來最爲發達，而裝身用的花束，種類更多，但因篇幅關係，恕不詳述了。



（圖二）

——婚儀用的花束——

婚儀用的花束，可分成關於新娘方面的和新郎方面的兩種。

㈠新娘方面的，大約又可分下列的四種：

1新娘的花束（Bridal bouquets）

2賓相的花束（Bridesmaid's bouquets）

3女客的花束（Matron of honor）

4女孩的花籃（Girls' flower baskets）

㈡新郎方面的，大約也可分爲下列四種：

1新郎　（Bridegroom）

2賀新人（Best man）

3招待　（Ushers）

4賓相　（Bridesmaids）



（圖一）

第一項中，女孩的花籃，日本結婚式中，在新郎新娘的前面，有男蝶女蝶引導，把花瓣散佈在地上的習慣。在我國的大部會中，也用這種女孩的花籃底儀式，但不把花瓣散佈在地上而已。第二項中的儐相，是代理新郎，代換飾物與蓋印的，在其他各國，都用年幼的小孩，所以叫他做Ringbearer，然在我國是不分的，這種都是儐相的責任。

除了以上各點之外，對於新郎新娘雙方的家長，以及有關係的媒妁等，亦有用花束的，但是他們所用的花束，男的都用襟插，女的則都用裝身花束。至於上述賓相的人數，普通二人至四人，一定要成偶數的，更依着儀式的盛大與否，也

有加至六人到八人的。所以花束的多少，須視有關係的人數與儀式如何而定，無一定的標準。

一新娘用花束的知識

除了宗教家的新娘，在聖書上面，扎着蔓性的花，使他成下垂的狀態，作爲花束的代用品之外，普通新娘所使用的花束，都用香豌豆配着薔薇，僅在握柄的地方，用白色的綢帶，打成蝶結，放在上邊，至於細絲帶的裝飾，是沒有的。若用薔薇和鈴蘭，或卡朵蘭雅（Cattleya）和鈴蘭配合成的花束，可算上品，至於着手製作的方法，容後章詳論。

·使用上的注意

一一服裝與花束

美麗的服裝，必須配着美麗的花束，那樣，牠的美麗，不失之平衡了。所以要表現更進一步地美麗，服裝與花束的問題，很有研究的必要。

除上述新娘用的花束，因爲習慣上的關係，畧有限制之外，其他儐相等，大致都用與所穿服裝的顏色相同。但是近年來衣服的顏色，有淡紅色的，淡桃色的，淡綠色的淡藍色的，淡紫藤色的，種種不一，所以花束的形狀與色彩，也只要合於各自所愛。然而用同色或相似色，再選最調和的顏色應用。這是花束配色的原理，不能絕對地違背的。

一一花束的執法一一

其次講到花束的執法，牠是要依着形狀和各人的意見而不同的，但是普通的原則，都抱在左腕，束的柄端，載在手頸的地方，束的本體，擁在左背的旁邊，這是舉行儀式的時候；新娘正要踏進婚儀場所時的執法，若在舉行儀式之後，那樣要執在右腕而退出禮堂。



（圖三）

花束的製作與步驟

一用花的種類一

當然，含苞未放；馥郁的香氣，婀娜的嬌姿，可愛的艷色，是新娘用花束的第一條件，然而依着主體的趣味與季節的不同，花地選擇，也有不同，最適宜的，是在該季中把主體所愛好的花，做成的花束，最合於理想，象早春一二月之間，用溫室栽培的香石竹等淡色花所札成的花束，非常優美。其他像水仙，香豌豆等，也很合宜的。三四月用牡丹或芍藥，很含有富貴壯態的氣像。又鬱金香，白頭翁，藤等，也很廣用，在五六月之間，純用二三輪的鐵炮百合，很合乎新生活集團結婚中簡單樸素的趣味，並且牠的美觀，也不失掉。或用唐菖蒲，水芋，香豌豆等，亦可。在秋天，當然是菊花，無庸說了。象薔薇，鈴蘭，卡朵蘭雅等溫室植物，四季都有的，採取也很便利，而且純潔幽雅，與新娘的性情很合，所以無論在什麼花卉裝飾上，牠的功用最大。

一花束的形狀與裝飾葉一

花束，除所謂 Colonial bouquets 與 Shower bouquets（圖三）之外，要算扇子式的最爲良好，但我們不問是什麼方式，牠的製作方法，却都是相同的，然而他的技巧，那末千變萬化，須依着藝術家的經驗與觀點而不同了。

所謂花束，目的並不在乎插於瓶中或花籃之中，供着賞玩的，大多數是握在女子的纖纖玉手之中，舉行各種儀式的。所以在握柄的地方，也須要有相當的修形，而使牠有美麗的表現，像花與花之間，必須要有相當的間隔，不可擁擠在一處，花柄上的刺，以及有損全體美觀的葉，都應當除去，並且要細柄的爲良。至於牠的長短，應看花束的形狀而定奪，沒有一定的限度，普通在一手兩握的位置，大約五六寸到七八寸長的最爲適宜。且在握柄的頭上，亦要畧帶尖形，再用銀紙或絲帶包捲。

其次，於裝飾葉的一項，很是重要，我們把牠譬喻烹飪的調味。



（圖四）

因為小菜種類的不同，於是調味的方法，也有變更，裝飾葉也是同樣，依着花卉主體種類和時期而不同。像薔薇，大菊，牡丹等綠葉多的種類的花，裝飾葉的使用可少。像香豌豆，香石竹等，可多使用裝飾葉，像唐菖蒲，鬱金香，山茶等，可使用牠本身的綠葉為良好。而在花束中所使用的裝飾葉，像羅松山草，美人風，鐵線草，文竹，鳳尾草等，很能增加許多自然美的趣味。

製作的方法

一般製作花束的人都說：「對於花上杆插或纏繞鉛絲，很容易損傷花的本體的。」這種言論，是不正確的，因為用鉛絲杆插或纏繞，能改正花的形狀，使牠不雜亂而整齊，下垂的花朵，也可改變成不萎靡而存精神，所以我們製作花束，一定要用鉛絲，然而這種鉛絲，必須要細而堅固，這倒是要注意的。

像用鈴蘭一枝或二枝，加裝飾葉二三張，用鉛絲捲縛，若薔薇以及其他莖矮的花，可用鉛絲按上，增加牠的長度（圖四）至於長莖的花，那麼更容易了，其他像香豌豆等密集而細小的花時，更用羅松山草，鐵線草等裝飾葉，托在後面，可永久保存優美的姿勢，但是這種的裝飾葉，不能突出在花面的上面為要。

倘使我們在初學的時候，可在左腕的下邊，挾着花束，右手把花用鉛絲或線捲縛。但這時的縛法，可比較稍緊。若製作成兩端細而中央膨大的，更是良好。花與花之間，必須四面重量相等，平均集攏，恰與小鳥棲息在枝頭之上，保持平衡的狀態，這是結縛技術上所不可不注意的，結縛妥貼之後，再在花束握柄的地方，覆着垂下狀的小形花，那麼，花束的基本形狀，就此成功了。

綢帶與絲帶的配法

花束的形狀，到這裡已經成功了，最後的工作，就是綢帶與絲帶的裝飾。

綢帶的質料比較絲帶為密而闊，他的色澤有單色的與複色的，種類繁複，大多選用與服裝同色的最多。普通 Arm Form在前腕的部分，握柄之處，配着綢帶所打成的蝶結，所謂 Shower Form的也有在後腕部用綢帶打成蝶結，裝飾在上的。

絲帶的裝飾，外國叫他 Shower，因為這種花束，被微風的飄動，具有紊亂的風雨的意思。牠的顏色是純白的，質料是輕薄的；在花束地週圍纏繞着，然而牠的長度，必須要和新娘的身長成比例而增減，牠的多少，須依着花束的價格而定，普通用從八本或十二本，到二十四本，竟有三十六本到六十本的。若原幅十公尺長的絲帶，那麼可把牠翻覆摺疊成几摺，比較便利。這種絲帶，下垂的部份，可打以小蝶結，牠的方法，猶我們打皮鞋結一般，沒有一定的方法，所打蝶結的多少，也沒有限度，須依帶的長短而定，牠的距離，也要適宜，但蝶結的部位，可分帶為先端與中部兩種，且在



（圖五）



（圖六）

蝶結的孔隙中，可插着美人風，文竹等裝飾葉，以及鈴葉，三色薰，香豌豆，或其他幽雅的小花。（圖五）

襟插的製作

在結婚式以及其他慶祝祭典的各種儀式中，襟插佔着很重要的地位，而且牠的範圍，很是廣泛，所以在這裡不得不把牠的常識與大要，附帶的作一簡單的商榷。

新娘的襟插，大多用白色的薔薇。新郎所用的襟插，要在新娘的花束中所取得的爲良好。其他大多爲香豆豌，大理菊，代代花，木香的。等所製的。牠的製作法，也很便利，把花上的莖葉去掉後，插上鉛絲，在花的背面，添上裝飾葉二三張，在花與花之間，包着彩色的錫箔紙，若再加上綢帶所打成的蝶結，（圖六）牠的美麗，更可顯露出來。

尾聲

花是最美麗的東西，我們可以在從前的書裡，或詩上，常常要有把女子比喻花的。例如「花容月貌，如花似玉……」了，更依着花的色彩和形狀，也可表示他的心情，好像「雨後梨花，出水芙蓉……」。而且無論何種女子，都是愛好花的，所以製作花束的藝術，對於女子的天性，絹密優雅，很相吻合



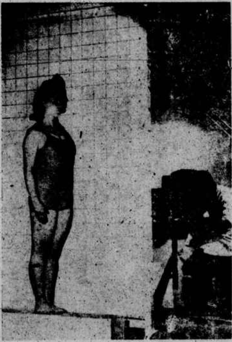
幾種床上易行的健身體操

宜君

某作家曾說過：「女子的美麗，是在其自由活動智能的發展上」，這句話亦可作「女子的美麗，在其自由活動的健康上」的解釋。事實上，成長的少女，由其少女時代直到達其老年期，時時可以更改其發達的新的美麗，即是可以時常保持其年青與精壯，隨其個人的成長而使體力旺盛。

這裡所說的美，並不只是表皮的美，是在全體組織，有時是筋肉，有時不是筋肉的，而運動就能使各部組織平均發展，而得到適當的活動。

在適當的運動的同時，不要忽畧了呼吸，食物，休養，睡眠及通便，是健康美容上的要素，此外，皮膚，不管由其內部或外部，要保持清潔，更不要忘了日光浴，以上所述皆有關個人衛生不能缺少之條件。



（一）圖為標準健美體格　旁立有方格之木板，乃用為測驗其體各部尺寸者。

輕快的體操，第一能使活動力旺盛，第二能使組織發達，第三有能增進彎曲性的利益。其中以活動力的旺盛，為健康與美容的第一要義。蓋因有此種活動力，始能表現出來一切意義的美。筋肉組織的發達，能增進曲線美，體操不只為發達足，腰，肩，和腕的筋肉，是以此種部分為首能使顏，頰，眼，口，胸及其他部份的豐滿，即是所謂曲線美，姿態美。



（二）兩臂高舉，腰部屈曲，上體向後伸展。



（三）兩腿用力向內緊縮，使下顎緊貼及膝頭。

女子身體各部的輪廓，大部是依據脂肪硬的組織所形成，故其筋肉非常的柔軟，所以若能習練適當的體操，以變化此種組織，使其柔軟適宜，新陳代謝的作用永行不—

息。

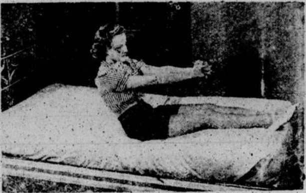
彎曲性，當然是依筋肉的力量，女子的肉體，與男子不同，多有不是筋肉組織的部分，筋肉佔有女子肉體一半的重量，綜合其骨胳，臟器和其他器官，與其筋肉相等。由此，即知筋肉，有如何重要



（四）平睡床上，以手抱左右腿，使血液迴通，活潑筋肉，須行二分鐘左右

性，此種有真大性之筋肉，當依意志的命令而活動之，依此活動，即表現肉體的彎曲，完成此彎曲性，即是青春旺盛的表現。

以上的三大結果，是得自體操，體操是留心美容者不可缺少的條件，體操不是一朝一夕所能得到的



（五）兩掌合攏，上體立起，腿部保持平直，脫離床面。

效果，要時日的繼續，漸漸地始能得到實效，其效果的第一是活動力，其次是曲線美，再而爲筋肉的曲伸性，此種美容體操，最初由前屈開始，再向後伸，稍爲廻轉運動，使爲如跳舞和游泳的姿態。這裡介紹六種基本體操動作，皆簡而易行



（六）平睡床上，兩臂高舉，下體靜止，上體向左右翻轉。

，行而有效的。這種床間體操，每日以二十分鐘行之，一種動作需要二分鐘，一共要十二分鐘的時間，每作一種要插入一分鐘的深呼吸。

此種體操，與其一人舉行，莫如二三人一同舉行，比較正確而易於實行，各種動作見插圖。



（七）伏臥姿勢，上體及四肢伸直，頭部左右翻轉。

漫畫



懷抱琵琶

·宗淦·

·多管閒事·

·金子作·



·兩雄爭食·



·出任調停·

·羣起攻之·



·多管閒事·





節約運動中的主婦和小姐　·宗羽·

·滿口講道德·必是僞君子·
·滿口講貞操·必是醜婦人·
·紹君·



麻子不要　王維作





「多福·多壽·多子孫」　·竇宗淦·



體臭有什麼功用？

琳琳

凡覺身體的香氣，即對於異性有性的魔力，這是人類和動物沒有甚麼區別，尤其是在動物的世界，非常的顯著，除它們單獨的體臭以外，還有一種特別的腺，從此腺發出特殊的香氣，大部是用在異性的引誘。

在此種動物之中，其最有名的，是猿的雄性，牠的腹部有五糎大的一個小囊，從此小囊分泌出來含有炭酸阿摩尼亞，蜡分，辛灑，膠質，蛋白質，如果，鹽分，炭酸，和石灰等極複雜的液汁。此液汁富有芳香，雌猿若聞其香味，神經即恍惚異常，性慾亦勃然亢進，於是預備和雄性交接。

又亞細亞和阿非利加大陸，產有一種貓，普通叫牠做靈貓，又叫着麝香貓，雄的放出芳香誘惑雌性。北加拿大地方，產有一種海狸，當在牠們交尾期，即有發散出馥郁的芳香，這都是雌性使雌性的性慾亢進，並從肛門中間已經開口的腺，分泌出白色的香液，魅惑異性。

此外，再有名的即是在熱帶出產那獰獰的鱷魚，此不在其生殖器的附近，而在其下顎，有兩個發香腺，當牠們交尾時，即由此腺發出香液，以從事享受牠們極其情緒纏綿的性生活，其顎下的香氣，由我們人類眼觀之，並不是怎樣芳美的東西，而在鱷魚的異性，一定是有着不可形容的魅力的芳香。

在蝴蝶之中，有一種鳳蝶，亦發出芳香，是極有名的，牠們生殖時期較比平素，更爲盛烈，其目的顯然在性的吸引和生殖。

如此，只觀察動物界，以至於被盲昧無知的動物，竟自然心得香味的性的效果，以恍惚的芳香，誘惑異性，使其性生活富有詩味和情緒。

此不僅在動物，人類亦然，香味能怎樣的增加性的魔力，和爲兩性吸引的作用，這是我們日常所經驗的；但與動物界，不同的，如此洒脫者，多是雄性，而在人類，除特別者外，而使用香水等增加香味以魅惑異性者，多是女性的策略，因此香味 和性的魅力的 關係了然矣。

思春期的體臭

在自然的動物界，到交尾期，特別的發放芳香，已如上述，照年齡說，是有性的魅力的體臭，即性生活覺醒時代——思春期，才發現這種東西，不論男女，從他們生殖器的發育完備時期，即發現特殊的體臭，尤其是女人，在其月經前後，極顯著的增加香氣。

思春期的男女，在覺醒人生之青春期的男女的體臭，好像新鮮果物的芳香，非常優雅，即是在處女時代，有處女時代的芳香，當婦人的時代，有婦人的體臭，總之，處女一知異性，就變了牠的體臭。

原來，肌膚的芳香，從古即是判定處女性的一個重大條件，最讚美此性的覺醒時期的，是古代的希臘人，極度的謳歌讚美此思春期男女的體臭。

不問年齡，也不管男女兩性的區別，當在他們性的亢奮期，其肌膚的香氣，即急激的變換；尤其是他們實行性的結觸後，體臭是一種獨特的。一般的男女，皆發散如黃油的臭氣，或發出近於藥品Chlorofom的香氣，這是郭利，瑪爾基（Grey Markey）氏的報告。

紐加列豆尼亞的婦女，當在此

時，特別的發放芳香，誘惑異性，入於恍惚的境地，那種歡悅，眞似羽化登仙，又婦女在月經時期，他們的體臭的變化，前已述過，操布謝氏的研究，女子的香氣，在其月經的一月，是極著明，共體臭普通酷似鞣皮的臭氣。

普通在少女發育成熟時的體臭，特別招致異性的迷醉，當她們在衆人面前經過時，正不知多少男子爲她們悠然的體臭，迷亂而醉倒了。

甚麼是體臭

體臭是甚麼東西，發現在男女性的覺醒時期，而美彩人生快樂的戀愛生活，使性生活的密度濃厚——此種輕酥迷醉的體臭，究竟是甚麼呢？

我們只用一句話叫牠體臭，但是牠決不是單一的香味，在皮膚的表面上有皮脂腺，此種皮脂腺腋下腺分泌出來的脂肪中，含有特殊的脂肪酸，因其有發揮性，所以才發放此體臭；夏季，因爲外氣的溫度較高，皮膚的分泌亦隨之增多，同時此等皮脂腺，腋下腺的脂腺，亦行增多，依外氣的溫度，使其發揮，更爲旺盛，所以在夏季的體臭，特別顯著。

再具體言之，所說男女的體臭，不外是肉汗腺，頭髮，口腔，外陰部，和肛門等處所發出來的芳香的，加克道爾（Cockrall）。

從清淨的肌膚，或健康男女的身體，所發散出來的香氣，無論何處，都是對於異性施以魅力的，男性的頭髮的香氣，口腔的香氣，和皮膚的香氣，似乎對於女性最有魅力的，許多心理學家，都是這樣的說，大概是正確的，女性的體臭，除頭髮，口腔的香氣外，其重要者爲有腋窩，和外陰部的分泌物所發放出來的臭氣，東方人非常嫌惡腋臭，常常成爲離婚的原因，在西洋人則不然，他們是非常珍貴有腋臭的女人，而無腋臭的女人，反被輕蔑的說是「沒有香氣的龍鬚菜（Asparagus）。」

所說頭髮的芳香，從如水垂流漆黑的頭髮，飛來的香氣，是何等的清涼，是何等誘惑，是純粹的香味，從摩登頭髮發散出來的那種熱情的魅力，亦是令人難捨，在蓬亂頭髮之中，埋藏着俊臉，被陶醉的男女姿態，在書上，或詩詞中是常見到的，頭髮的芳香，像似男女兩性性愛快樂之一。

接吻的魅力，不但是唇與唇相觸處的美妙的觸覺，其重要的美的要素，大概是異性呼吸的香氣，和口腔芬芳，尤其是青春處女呼吸的香氣，更有着非常的魅力。

在印度山地的種族間，有替代（Give me kiss）說Please smell me的話，即是「請你聞聞我」的說法，是一時流行的，此比「請你令她愛我」的話，更是簡明的，具體的，就是一九三四年摩登小姐們，恐怕也要抬不起頭來。

體臭與食物的關係

古時羅馬的婦人們，非常的喜好薰花的芳香，爲要從她們的肌膚放散薰花的芳香，竟飲用松油（terpens），有一時在貴族和豪富之間，爲她們最高貴的化裝術，非常的流行，但是牠能刺戟心臟，所以有害。

但是她們，即是古代的美人，爲愛從她們的肌膚發散芳香，竟不惜縮短了她們的生命，關於這一點，從今日的我們說之，直教我們感到一種悲壯，以美爲女性的生命，這話或許是對的。

飲用松油，雖有危險，然而依食物的體臭，到某種程度，可以變換，總而言之，通說若吃淨肉時，發出銳敏的氣味，過食牛奶和植物性的東西時，可以發出溫和的臭味。

例如肉食的中國人和歐美人的體臭，比較强于菜食的日本人的體臭，格林蘭人和耶斯奇毛人（Eskimo），他們的體臭是特別强，是食用多脂肪的結果。

古來的名僧，他們常說「芳香體質」，大概在他們之中，發放馥郁芳香體質的人爲多，其一說是在神前焚香，不知何時將此香氣移浸到他們的體內，又一說是因爲他們不進肉食，主用菜食的結果。

又如在乳兒時期，各乳兒之體臭，都是一樣的有乳臭，還是因爲乳的分解物的牛酪酸和汗一同分泌的關係，此隨着乳兒的生長，並隨從各自食物的嗜好不同，其各自發

放的體臭，自然亦不同，所以說食物的芳香的一部，變成體臭的一部，這是事實。

優雅的芳香，溫和的芳香，雖屬植物性的食品，然在植物性食品之中，如葱蒜等，能使長久發散有硫化阿爾科爾揮發性的體臭，所以不能說任何植物食品全都適當。

為使肌膚的芳香美好，要常使比較有優雅香料的食物——如蘋果，香蕉，柚子，葡萄等，青菜要食蕃茄，黃瓜，豆類，或土豆等，調理時最好不用黃油和豬油，魚類如鮎魚香氣極高，其味淡白者，能作出好的體臭，總而言之，體臭甚的人，最好是躲避脂肪性強的東西。

體臭與病的關係

在前已稍微談到「芳香體質」，發放芳香者，不獨是交尾時期的獐和海狸，人類亦然，古時亞利山大大王，他有燕花的芳香，這是很有名的話，他在當時是天下摩登男女垂涎萬丈的人。

但是如此特殊的可為例外，一般因依疾病，致其體臭有顯著的變化一事，這是依東西學者，常有報告的，例如神經病（Aisele）的婦人，常在其病發作之後，她的體臭，是極顯明，某精神病學者說，得振顫痲痺的婦人，她發散鳳梨的香氣，又報告說某一精神病患者，流出如紫花之芳香的汗，美國某敎授說，患糖尿病患者，發散如蘋果的體臭，尚有有名的記錄說的黑死病（Pest）的人，發放如蜂蜜的氣味，霍亂病患者是烤面包味。

有經驗的大夫，一入病室，依其臭氣，多有能分別出患者病的種類，病人在其各人特有的體臭以外，尚有其病獨有的臭氣，進過癌患病室的人，對于其特有的室臭，能以驚愕，其如甜味的臭氣，往往使人嘔吐，又結核患者，亦有特殊的體臭，依其病的皮膚分泌物的症味，大概即能診斷其病症。

為體臭之病的東西，不要忘掉腋窩和外陰部的臭氣，如前所述西洋人說「無腋臭的女人，是無香味的龍鬚菜」，他們雖極珍貴婦女的腋臭，但這不是我們東方人所喜歡的。

此是異汗症一種臭汗症，由汗腺分泌出來的汗異狀，是其原因，此汗腺分為（一）耶克林腺，和（二）阿泡克林腺二種類，在腋窩或外陰部等，各有阿泡克林腺，由此腺來異常分泌時，即是腋臭，所以，雖一句話稱為腋臭，其實有腋窩的腋臭，和所謂衣襟旁的即外陰部異汗症。

腋臭與療法

獐，海狸和靈貓等，雄性當在交尾時期，即放出芳香，以來魅惑雌性，關于誘惑，前已說過，人類的腋臭和外陰部的臭味，亦在性的覺醒思春期發現，及至性生活終了的更年期，即行消失，此可說是對於異性的一種吸引作用。

歐洲某地方，戀愛迷信之中有說，「不得如願的戀慕，要把一片面包夾在其陰部，睡過一夜，次晨，將此片面包給她所想的男人吃，如此一定可以得到不離開的伴侶。」

男的若將面包夾在腋窩之下，和他所想念的女子一同跳躍，於是將此面包，給那女子吃，即可遂其心願，——如此雖他處招進美食，而其神志飄蕩，亦不願捨此荊棘，由此觀之，除陰部和腋下的臭味，對于異性是如何的有性的魔力，依此亦可想出矣。

所以輕微的腋臭，倒有好處，能增進夫婦的愛情，不至于發生破綻，但其惡性的，令人不能忍耐，務要講求治療的方法，一般人所使用的，是藥劑的方法，此種藥劑繁多，塗抹的當時，雖能消去臭味，不久臭味仍能復發，若每日向此部份塗抹，能使發生濕疹，真是麻煩的病症。

普遍使用之藥，是明礬，其他尚使用如百分之二至五的佛爾馬林（Formaljon）酒精，百分之五格魯謨（Chromium）酸，百分之五鱗油（Nophthol）酒精，百分之五硫酸（Sufevie），或滑石粉末，為腋

臭膏，而塗用者，是以凡士林油（Vaselin）二〇・〇，硫酸〇・二〇，昇汞〇・〇四，爲腋臭水者可塗用以厚爾馬林一〇——格魯謨酸一〇——酒精二〇——水二〇的方法所作出來的藥。

次是注射療法，此注射療法，有向靜脈注射藥物和向局部皮下注射藥物一種方法，例如向靜脈注射烏勞特羅賓液時，此藥在人體內分解，發生佛爾馬林，能以防臭，但是此藥如不長久注射，亦難去根。

向皮下注射藥品的方法，就是可以硝酸銀的一萬倍上下的液體，向局部注射之，若能先以〇・五——一%的佛爾馬林食鹽水，浸潤腋窩有毛部的全體，再注射之，亦極有效驗。

最有效的方法，還是施用手術，將腋窩全部之有毛部分完全割去，若將此部之汗腺，完全割除，即無再發之虞，且十二——三日後，即可復元。

新家庭治家準則　毅

一個主婦的經驗談

成功的婚姻，是雙方的互相諒解互相愛好，這裡，介紹幾條婚後生活應該注意的態度，對於將結婚或已結婚的青年，不無裨益：

㈠夫婦間客套果然不必要，禮儀却是要的，在餐時不可看報紙，及其他書籍。

㈡夫婦間雖然共同享受生活的一切，書信也不妨互相交換看，但却不可不徵求對方的同意。

㈢常常保持寬容，給對方以寬容，也就是爲自己留餘地。對對方有時對於某一件事情有不高興，應該予以自由，不可因此表示出你自己的不高興。

㈣避免發脾氣，發脾氣不獨指惡言惡聲等表示，應該絕對避免發脾氣。

㈤自私是分裂的潛因，沒有一個人有權利與別人的全部侍候，即使他自己的也不可能。

㈥你肚子裡無論所藏的故事怎樣有趣，切不可在你客人面前一再覆述。你的客人也許會高興聽，但你的妻子是不能的。

關于金錢方面，丈夫的責任是求正當的收入，妻子的責任是求正當的支配。如果雙方各盡責任，家道必日臻佳境，否則必相反。

每星期的賬目必須付清。在短期內你可以察出用度的有否不當。同時還也顧憐小商人應有的行爲。

不負債，是處理金錢的第一條原則。

關於兒童的教養下面有一首小詩：

「林娜小姐雖然年少，她的行爲却不缺禮貌，在別人向她問話的時候，她禮儀彬彬地對答如流。」

在孩子面前切不可說謊話，如果你願意他們將來做一個正直人的話。但有些滲入在和兒童說話中的閒扯是不能作說謊話的，例如神仙故事等。有時爲避免不必要的麻煩須在兒童面前說幾句無損的謊話，但還是要儘可能的去避免，因兒童的能力尚不是辨別真的真假的謊話。

對於僕人也應該有幾點注意的：

㈠對僕人使喚不可疾言厲色，應該待以適當的禮貌。

㈡主僕分別不可太懸殊，但也不宜過狎過分，疏遠則不會彼此同心，親近以至褻狎，必亂上下體統。

㈢不可給僕人吃殘的食物當飯食，每餐應予適宜的清潔菜肴。

㈣不宜令僕婦過分負担看護兒童的責任。

㈤不可借欠僕人的工資，不可過分限制僕人的自由。



當處女在青春期的時候

黎鴻

一個青年女子，到了發育迅速的時期——即是從她孩子的時候變成一個成人——這過程好像只是一晚間的事情。女子在十三歲與十六歲之間，她對于自己的生活必定起了一種與從前大不相同的感覺——其實這並不是甚麼可怪的事情。在這時期中，她的全體並不是平均的生長；她的四肢抑特別發達，因此她常常不知所措的覺得四肢長大了，一般人都說她是如何拙劣，如何愚笨，她自己也不禁有些覺察了，女子的健康上需要特別維護的，便是在這生長迅速的時期裏面。自然，她的環境對于她是有極大影響的，屋內過久的以及有害眼力與身體其他部分工作或遊戲——如看電影之類——都是應該禁止的，戶外生活，只要不是過于勞動，都是必要的，有益于衛生的遊戲愈多愈好——凡是住在學校的女孩子，在這方面是極易實行的，總之，對于這時期的女子，舉凡她的飲食，衣服，睡眠，遊戲，乃至伴侶都是需要我們來特別保護的。

著名的心理學家，哲斯教授曾經說過，青年女子的心理狀態都是：「心花怒放，思想紛馳」，因為身體迅速的生長，對于她同一的刺激，每起不同的反應，因之前此習常的感覺也都生了變化，她變得專務細行末節了，「我不能吃這個」「我受不住那股氣味」我們時常可以聽見她發這種聲調，對于顏色，她以前本是很不注意的，此時也起了一種新的慾望與興趣，她的一切行事，都是一時的衝動，昨天，她具着全副精神，懷着迫切的熱望來做某事，到了今天，她便完全忘記了，又做另一件事情去了，此時她覺得自己已經長大，應該有自己的身份，她不願受別人支配，自己獨立起來，自己主張的態度十分顯著了；並且她有她自己堅決的意見——許多成人不瞭解此時期青年女子的心情，誤解說她是固執，違拗，這是很冤枉的，她的意見，自然不至有錯誤，但也有極對的，雖然不能由她的意見來支配一切，而我們對于她的意見必須尊重，不可稍存輕視之心，我們應該很謹慎的給她一些指導，更加以一種正確的鼓勵，倘使她日常接觸的伴侶都是良好而可取的，倘使她日常耳聞目見的故事言談都是正規的，適當的，她的意見，她的觀念，定可潛移默化入于正軌了。

空幻的夢想，與奇妙的空中樓閣，到了這時期便都不停的在她的意識裏建築起來，「我必須去作什麼呢？」這是她心中最迫切的一個問題，她私心企圖去在她夢中各個幻想中的英雄，去做那各種空中樓閣的主人翁，她在過去所得的一切經驗和知識，統在這裏所有的一切想像，此時便都做了她實現這種企圖的工具，她幻夢中的一切英雄，此時都集中于她一身了，特別還有一個人——多半是她的教師，或是男朋友，或是和她接近而且有德的人，是她唯一的崇拜者，如此建築的「空中樓閣」雖時時因[illegible]而又重建，她建築的方法總是層出不窮，她的幻夢大都是做一件大事業，救濟貧窮與受壓迫的苦人，或是怎樣叫人看出她是一個「奇妙女孩」的人來，一個中產之家的女子，多半是夢想着倘使她一旦有了許多的錢財，她必定去扶助那一切貧苦的家庭，倘使她們都能走進愉適的生活

之路，她幻想着，倘使她給與她們以豐足的飲食，美麗的衣物和安適的住處，她們會如何驚喜呀，因爲要使她的幻夢異乎尋常，她便不得不運用判斷力和想像力，有時且墮于沉思之中。所以她這種種幻夢的構成，對於她智力的發達，也頗有相當的價值，她年紀漸長以後，並不是完全沒有什麼幻夢不過那時的幻夢比較切于實際，不是全然怪誕不經的罷了，自然，她此時的這些幻想，也有許多是根據她所讀的書本上來的。

愛讀書的心理，此時不特別發達，任何書她都愛看，特別愛看能刺激感情的書，女孩子應用的各種書籍——特別是刺激或研究與她年紀相仿的女子的故事，或問題的書籍她搜求得最厲，瀏覽得最專心，倘使把中等補習學校應用的書給她一本讀，那便在沒有讀完這本書之前，你莫想叫她作別的什麼事，許多做母親的，都抱怨着，說她們的女兒：「常是拿着一本書在手裡，無論家裡有什麼樣的事情，她也不會關心」其實，這是寃枉，從統計上看來，這時期的女子，不備是愛讀那些有興趣及富有情感的書籍，並且有些頗有價值的文學作品，也是她所歡迎的讀物，對於這些作品裡的人物，她是極意模仿的，因之掀起了崇拜英雄的心，使她竟日難忘，「我頗有些像那個故事裡的那個女子，她作出了那一件事，我想我也去試嘗作一下；」這便是她的思想，在這時期中，做父母，或是作教師的，都應該誘導她去看一些良好的有價值的書籍，使她養成一種鑑賞的趣味，對於她的智力的訓練，除了正當的教導，最有效力的方法中，還有一樁，便是辯論，她最高興的是推理的正確和思想的敏銳，若有時她說服了別人，別人也採取她一樣的意見，那便是她最愉快的事了。這種辯論是極有益於她的，並且使她知道知識是婦女求得新自由的利器，因之更鼓勵探求知識的雄心，近來美國各女學校的女子辯論會的成績極佳，這是一種很好的現象，舉凡幻想，愛讀書，愛辯論以及愛表現自己——這種種都是對於她智力的訓練，婦女將來在知識界，政治界及社會生活中之能取得新的地位與否，都要靠她在這時期中所受的訓練如何，來決定了。

在這時期以前，她純然是一個小孩的時候，她獨自一人，或同着少數的伴侶遊戲着，她並不感覺什麼缺憾，可是到了此時，她却自然的發生了一種尋求伴侶的渴望了，她再不願一個人遊戲或做什麼了，實在我們常可以聽見她說：「我本來愛去，可是我不願一個人去」

此時，她覺得自己已經長大了，便會嘗試來表示她的自我主張，她開始注意于她自己的言辭了，這是她以前不曾感覺到的事情，此時她使用許多新字句，倘使辭不達意的時候，她便仍然用着以前常用的土語，她想着言辭簡練而敏捷爲最顯聰明，最有效力，而土語頗有這些長處，她也會知道土語有許多地方過於粗俗，然而習慣已成自然，每每等她想到的時候，那不願說的土話則早已出口了，女孩子使用土語的根本原因，完全是她的智力遲鈍——當她要發表某種思想的時候她的腦筋不能即時想出適當的且正確的言辭來說出，日常使用慣了的土語便跳進了她的意識界，她便時時的採用了。

還有一件事伴此而生的便是癡笑，實際每一個女孩子都是愛癡笑的，雖然成人十分厭煩她的此種癡笑她自己却是很愉快的，對于某件事在莊重的成人看來是毫無意味，毫無可笑的，而女孩子們却每每笑的不可制止，這是我們常見的事，這種癡笑這種歇私的里，雖然她多半自己沒有覺得，而確實是很有來由的。第一是神經過敏，她之所以癡笑，是因爲她不能自制，或是不能即時抑止。第二是希望別人愉快，她想着，因爲她的癡笑，可以叫她的對手很愉快的知道她是很高興和她或他們爲伴侶的復次，她在無話可說的時候，似乎便把癡笑來補這種缺憾，因爲我們若是留心去聽一羣女孩子談話，她們的笑聲總要占他們談話的全時間一半以上——實在，這種談話，竟可名之爲癡笑。

此時期的女子新發展的各種興趣中，愛好男孩子，便是最重要中的一種，在這時期以前，男孩子在她的眼中，只是一個粗魯的，糟雜的，專愛惡作劇的並且特別愛擾亂女孩子們的游戲的一個小東西。現

在那全然，同了她此時甘心忍受這一切——實際是還搜求這一切的麻煩呢，她此時成了一個「愚愛」的犧牲了，她的愛性所集中的那個目的物，便是與她年事相仿，並且在體育方面，或智育德育方面，或是其他足以使她注意的各方面，十分優長的一個男孩子。

一個女子的心腹之交，在此時期中對於她也有極大的影響，她必須有一個特別的女朋友，擧凡自己的愉快，憂愁，和秘密，她都要告訴這個朋友的，倘使找不着一個這樣的朋友，她便從全體朋友中擇選一個作她最親密的伴侶，她們每像磁石引針樣的坐臥不離，這種友誼常是終身不渝的，倘使不幸而一旦破裂，則後來對於此種愉快的友誼的回憶，必使她感覺十分甜密而依戀，這種心腹之交的選擇必須特別注意，因爲她們這樣坐臥不離日期長久了，彼此互相影響，好的或壞的，都是必難免的，她們都自認爲有同一的性趣，都願意在兩人所企圖的將來生活中互相扶持，永遠不許有嫉妬心和爭勝心摻雜在其間，有一個與她年事相仿的女子，做她的這樣一個伴侶，這自然是應該的而且極好的，倘使更有一個年事較長的，爲她所信賴，做她的指導，在正當的生活之途中援住她，扶持她我們可以想見她所得的益處，當更大了。

在青年女子的生活中，每有一個很奇異的婦人來做她的偶像——這婦人在她看來，似乎是全德全美的，她對於她十分迷戀，有人時且傾心崇拜了，遂依據這偶像來建築她的「空中樓閣」，她從各方面來模仿她，把她視作一個理想的模範，因爲各人的心情不同，所以她們所崇拜的偶像，也各自異趣，或者並沒有兩個女孩子崇拜同一婦人的，被崇拜的，多半是學校裏的教員或職員，再不然便是同學中年事較長的少數優秀份子，有些女孩子傾心於一個美貌而有許多愛人的青年婦人，有些所選擇的理想的模範，並不是顏色動人，却是人格極純潔高超的人，這種人格高超的婦人，多半是被推爲一團團體的領袖，全團體的份子都必是極願和她接近，因爲品行的魔力是如此，同時也是應該如此的，是更單單美麗的魔力大得多了，女孩子決不會作忤逆她——這領袖的旨意的事，而且便是在背地裏，對于她們的領袖，她也是讚美不絕的，一群女孩子，因爲她們所崇拜的某青年婦人出嫁了，終日哭泣着，十分感着難過，直到她們尋到了一個新的代替人，才能恢復原狀——這是我們日常習見的事。

對于各人修飾的興趣，在此時期中也發生了，前此她是十分不顧這些事的，現在她要做她的朋友，與她的年事相仿的男孩子，特別是她所崇拜的那位婦人面前，顯出她是一個毛髮修整，衣履清潔的女孩子，倘使她的頭髮沒有修齊，她自已便嘗試動起手來，前去把頭髮梳出各種式樣，看哪一種最爲合宜，又要把頭髮梳勻，梳光——這樣不知要在鏡子前面，消耗多少時間，弄好了以後，第一次出去見人家的時候，還得壯一壯胆子才敢出房門，倘使我們在早晨間這時期中的女孩子們：「妳爲什麼來遲了」？大半必直言認說她們在梳頭，許多教師們不懂得這種情形，總不相信這種話，以爲她們是說謊，這是寃枉的；此時她對于自己的身體，特別是面部和兩手，更爲留心，她極希望自己有美麗的面貌，她此時在鏡子裏瞧出了一種新的興趣，倘使某種食物使得她的面部發疹，她便不吃那食物了，反之，倘使某種食物可以增加她的美豔，使她的面貌更爲動，那便無論這是她如何不高興的東西，她會很願意去吃。

一般婦人愛好衣服的興趣，她此時也有了，她的思想中開始充滿了衣服的式樣，及如何穿着等等的問題，她再不願別人替她選擇了，她對於衣服的選擇已經有了她自己的意見，她要最時髦的樣式，因之她便時常趨于極端了，她愛好各種顏色，樣樣都要試嘗一下，然後才決定一種最適宜于自己穿的，她想着，倘使她能够有了一切她所想要的衣服，那時她便十分快活了，雖然有些女子——在這時期中的女子，並不完全注意她們的衣服，而有其他較好的嗜好的也有，而大多數女子，都逐逐于衣服之一節，這是確實的，她的保護人——無論是母親，或姊姊，或教師，或朋友們——對於她的這些自然的心理，情緒，與趣，能够隨時的順應她們，加以正確的指導，而使她們步入正軌，這會使她們得到一個美麗而光明的前途啊——

這樣才是一個眞正的保護人，才是眞正盡了保護人的責任！

北京積生銀號營業廣告

號址	前外施家胡同六號
組織	無限負責
電話	經理室 營業室 南局(三) 五〇二 二〇九〇 三六六 八五〇〇 八九〇

業務：業務代理安平聯保三井海上等水火保險公司及商業銀行一切業務

存款利率

活期存欵	年息四厘	存欵一百元起碼不限額數
特種活期	年息六厘	存欵五百元起碼不到五百元不計息
半年定期	年息一分	存額一百元起碼
一年定期	年息一分二厘	存額一百元起碼
二年定期	年息一分五厘	存額一百元起碼

特備三個月取息一次定期存欵單據頗合存戶度日經常費用如零存整付及整存零付均可當面接洽



烹飪應具的基本常識



·惠康·

吃的問題，是人生中三大要素之一，自來我國的烹飪術，是甲於全世的，可惜相沿下來就是死板板的，到現在們然不忘舊態，所以進步的程序，多偏於儀式方面，不切於實際。我寫這篇文字的宗旨，不外輸送一些烹飪的基本常識，能夠使我們對烹飪術，精而更精的往前進步。

談到基本常識，變面說，也就是怎麼運用我們「吃」的基本用具，例如：肉類，油醬，菜蔬，器皿，這都是我們吃的基本物。假如這基本物運用的不得當，小則蒙受意外的損失，大則都能夠危害生命。看起來，我們雖具有良好的烹飪術，更須注意烹飪的常識，這樣兼顧施用，才配稱是一個又潔淨，又經濟，而又美味的烹飪家呢，現在我把他分析的寫在下面，親愛的讀者，不要以等閒視之：

對於肉類應有的認識：

我們平常以肉類為佐膳的大宗，可是只曉得吃牠，假如捫心自問，這許多肉類首推那種最能有益身體呢？大概要瞠目無答吧？同時我們逐日可以體會出來，有時用一樣的原料物品，分做前後兩次來做，可怪就是兩樣的味道？不明白道理的人們，一定要埋怨調味的不適當，究其實，弊病完全在原食料「肉類或菜類」，我們沒留心的選擇，其中生了變化，也沒有這種常識去鑑別一下，胡亂煮熟吃了，所以到了腹中，滋養品一變而為菌毒物，病才隨機而生。由此看來，我們選擇肉類的常識，不能不明瞭吧？我現在把逐日常用的肉食原料，略加述列，以備選擇標準如下：

A 肉類的解剖

肉類以家畜為大宗，其次魚類，再次野味，凡是屠門所賣的，皆可供食料。通常白肌肉「如雞鴨等」勝於紅肌肉「如豬牛等」，因為酥嫩容易消化。有益脾胃。但是野禽野獸的肌肉，雖然也屬於紅肌肉，而其酥嫩易消化，反過於家禽，所以他的滋養力，亦甚優良。假若分別而論，牛在八歲時，其肉有力可食，過老則漸弱。羊因纖維組織甚鬆，甚易消失，其力亦不讓牛肉。雞鴨鴿鵝等家禽肉，肉絲多緊，所以殺後須略擱置才好，或者放在冰中一二日，或者嚴寒時候，掛在風口處一晝夜，等其肉中所含的微糖化為乳酸，自行纖維化分，煮時肉最容易柔爛，不但易消化富滋養，並且酥香可口。豬肉也頗富於滋養料，但是脂肪太多，容易傷胃。

魚類多富脂肪的，如鰻，鰭，

刀魚，鰱，鳊，回魚，青魚等，都不容易消化。魚類含脂肪少的，如鱖，鯽，鱸，鯊，鷄鰈，鲂，鯉，白條等，容易消化。就一個魚的全身來說，脊肉少脂容易消失，腹下多脂不易消失；魚肉雖然一煮既爛，其實含着水分太多，蛋白質很少，並且缺乏抽出質。「此等抽出質，專能刺激胃汁，分泌作用，是開胃助消化的要素。」所以胃弱的人，吃了魚肉後，每有停滯不消化的弊病，同時含脂肪多的，能在胃腸中作腐生酸，病人食後，更是危險。

醃臘類，如火腿，臘腸，糟味，醬味，臘肉，家鄉肉，以及鹹魚，蝦米乾臘等陳貨，都難消化，沒有滋味的價值，僅可偶供調味之用。其餘魚翅，海參，燕翅雲耳等，也同樣沒有滋養價值，遠不及牛乳雞蛋等品。牛乳和雞蛋滋養力很大，尤其少年人和小兒常吃相宜，但是不能奉爲主要食品，因爲多食久食，皆能敗胃，最好每天略服若干，假如用在早點和下午，更相宜了。

B肉類的選擇

（1）羊牛猪肉的優劣鑑別：凡是猪羊牛肉，聞之則微有香氣，並且具有彈力性，灼灼似含有光澤，乾燥異常，沒有濕氣，這就是新鮮的肉。假若肉的色彩不紅潤，且間雜青紫色，摸之很覺濕膩，同時用手指去彈，肉既收合，繼而又逐漸散開，結果柔而缺乏彈力的，這一定不是新鮮的肉。

（2）魚類的優劣鑑別：凡是新鮮的魚，撥開腮呈紅色，並且魚鱗閃閃有光，用手去撥很不容易脫落，其肉頗有彈力，魚目更光亮有神，這樣就是好魚。假若魚的腮裡發黑呈紫，「有時魚販，在腮中塗以紅色，與鮮魚腮色無異，朦騙買主，這點也須注意。」嗅的時候，微有羶味，鱗甚覺鬆，易脫落，魚肉極軟，其目枯框陷入，這就不是新鮮的魚。

（3）雞鴨的優劣鑑別：雞鴨兩目，其光炯炯，不像死去的樣子，並且拔其羽毛，而根未帶出脂質，這就不是病死的雞鴨。假若目光幽暗無光，拔其羽毛很是容易，並且端附脂質，腹部呈現青色，爪枯，啄乾，肉十分軟柔，肛門呈淡紅色，還有些黏性的流質，這都是腐敗而有毒的形象，無論多麼價廉，也不可購買。

調味的原料自製的方法

油鹽醬醋是做菜的四種須臾不能離開的要素，市上所買的有時味道不甚好，更有不潔淨的弊病；其實做這種東西，本不甚難，除去鹽油以外。醬醋試驗已易成功，我覺得做出來的，比市上乾淨，經濟，味道差強人意。致於油，製造的方法是有，不過缺乏相當的器具，很不容易做到好處，雖然這樣，我仍然把油的製造方法寫在這裡，因爲我想縱然不製造，可是多少能使讀者諸君明瞭油的成分和原料，這也是很值得欣慰的事情。

A油的製造方法：油質是富有脂肪，脂肪可以營養我們的身體，所以把油做爲烹調的作料，除去有益營養，且使食物適口。我們烹飪時用的油，又分爲動物性的和植物性的兩種。動物性的有猪油，牛油。植物性的有豆油，菜油，棉油，蔴油等。現在我把這四種油的製法，簡略寫下：

豆油製法，把大豆磨碎，蒸熟後用力壓榨，榨出來的液體，這就是豆油。菜油和棉油的製法，和豆油差不多，不過在沒把大豆磨碎以前，先要經過一番炒黃了的手續。蔴油的製法，就畧有出入了，先把芝蔴炒黃磨碎，再加適量的水，放在大缸裡，然後用柴銅柱，在上面攪動，浮起的油質，就是蔴油。

B醬油的製造方法：醬和醬油有同樣的鮮味，能使食物的滋味濃厚，醬和醬油含有鹽分很多，所以也能幫助消化，假若食品中加些醬醃或是醬油，便不容易腐壞，醬和醬油普通是用大豆和乾麵，加入鹽與水做成的，也有用麥或蠶豆胡麻等做的。我所寫的製法，除去醬和醬油的方法以外，兼把我所發明的一種甜醬，也寫在這裡。

醬的做法，先把大豆煮熟，再和乾麵拌攪，鋪在竹籃裏，放在不通日光的地方待他發黴五六天後拿出來晒，再隔幾天，就可以上缸，那時再加入鹽和水，日晒夜露，等到一個月以後，就可以成爲食用的醬板，磨成醬糊一般的樣子，便是醬了。配合量的比例如下：「大豆

一〇〇，乾麵六〇，鹽六〇，水二〇〇」

醬油的做法，按照做醬的法子，等到成醬板的時候，加水四倍，食鹽少許，放在鍋裡煎熬，然後取出再盛在袋裡，用榨桶壓榨，所榨出的液體，就是醬油。

甜醬的做法，我發明的這種甜醬，既不用大豆，又不用乾麵，係用果實汁和砂糖煮成。其味十分甜美。其法先取蜜或甜瓜等果實，剝去外皮，除掉仁核，用刀細細切碎，倒入鍋中，用旺烈的火燒，煮到沸騰時，可將等量或二分之一砂糖加入，等到鍋中果實，變成糜粥樣後，趕緊倒在粗大毛篩濾過，不絕拌攪，使其蒸發至適宜濃度，方可罷手。欲驗適否濃度，可將其一部，用手指索捽，若指間牽有黏絲索引，即是適宜濃度，然後裝入器皿中，這美味的甜醬，當時便可吃了。

C醋的製造方法，醋是醋酸的溶液，純粹的醋酸，是一種透明而無色的液體，有刺激性，能助消化，但是不可過於多用。做醋的原料，如同米麥玉蜀黍糟敗酒等，所以又有米醋和酒醋的分別，現在我把這兩種做法寫在這裡：

米醋的做法，用糯米多少不拘，先煮成飯，等到冷了以後，放入甕裡，過了兩三天，加入適量的冷水，每天攪拌幾次，一星期爲止，再過一個月後，加些花椒和茴香，然後再倒入鍋中煎滾，復盛入甕裡，過了三四天，便成米醋。

酒醋的做法，這種東西做法很簡單，只用同容量的敗酒，和水盛在甕裡，置露天中，日曬夜露，過了七八天，便成酒醋了。

菜蔬的用途及其效能

菜蔬在烹飪中更占一個重要的地位，尤其是在冬季的時候，一經霜結，味更鮮美。天地間所生供人食用的東西，都是各有各的用途，各有各的效能，菜蔬對於人們身體，更有莫大的關係，可惜人們沒有體會到，現在我把他的用途和效能，寫在下面：

A白菜，這是蔬菜中的上品，其質柔韌，性甘而溫，食後有益脾胃，更有解酒的效力。可佐以一切的食品，肉魚蝦蟹等物，都十分的可口。假如用菜心法以千刀肉，用網繩稍稍縛好，加南腿或雞汁燜煮，名之曰白菜墩，那時味的鮮美，不讓上珍呢。

B蔥類：其質嫩辣，烹菜或熬湯，必須用他來做調味的，蔥類效力能殺菌，可使身體中血液純良，以之生食，有極良的效果，能止痢助消化，治感冒增進記憶力。假如用蔥切片，加以肉類同煎炒，食之很是甘香適口，却口中不遺留臭味。

C蒜類：其質辛辣，也是調味的一種。他其中含有硫黃質與植物性的揮發油，助消化，殺細菌，虎烈拉盛行的時候，多食可以免疫。但是，虛弱之人切勿沾唇，因爲蒜性含熱，生痰，動火，耗血，所以虛弱的人食後，很有害處。

D韭菜：這也是菜蔬中最可口的一種東西，有健胃補腎去熱下氣之效，又爲益陽止瀉的良劑。用他來做食品時，最好揀擇些嫩的，加上海蝦米同炒，用麵餅夾了包吃，也是無上的妙品。

E菠菜：這是冬季消售最多的菜蔬，有助消化治滯氣的功效，差不多冬天，每個家庭裏面，都喜歡做些湯吃，或是魚湯肉湯，裡面都放些菠菜，比較白菜似乎覺得有些意外的溫柔和潤呢。

F冬瓜：用他做湯是最好不過的，講到他的功效，除去有益脾胃，並且有治雀斑的能力，法將種子粉碎，加桃花，以蜜煉之，塗面部，則雀斑不久即行退去了。

G蘿蔔：蘿蔔除去隨時可以吃以外，也能佐以膳，他的功效能助消化，調胸膈，假若我們蒸食魚，不妨割些蘿蔔，放在裏面，也是美味的食品。不然將蘿蔔切成細條形，放在磁器裡，用鹽醃起來，隔個三五天，食之清味異常，不讓市間所售的醬品。

H茄子：差不多在夏去秋來的時候是一種時品，普通的食法，將他用刀切開幾條縫，縫裡充滿了肉，然後燉熟了，食之愛不釋口，功效能却暑避瘟，刺激胃汁，竭力分泌。假若我們在茄子盛行的時候，買些切成薄片，日曬夜露，將他曬乾了，存到市上沒有茄子的時節，拿出來包餃子吃，其味的甜鮮可口，也不讓上品呢。

1黃瓜：這是夏季的好食品，人們常用他和涼粉醋拌攪在一處，視為却暑的無上妙品。或者和豆腐混合也是很好的。假若我們做三仙菜吃，割些黃瓜絲，也有特別的味道。他的效能，能增補人身上的纖維質，又具有調理臟腑之功，極有滋養，惟吃的時候，須細細的咀嚼，又勿過多，乃容易消化。

關於菜蔬類，當然不止於這幾種，尚有許多，如同盤科菜，羅漢菜等，一則限於篇幅，二則市上也少賣者，我們也不常用：所以把這幾種常食的東西，寫在這裡，恕我不再多贅了。

我們烹飪基礎方法說明

烹飪的變化，日進一日，到了現在大約分析出灸，烤，烘，煮，細研究起來，也不過幾種基礎的方法，變成現在的複雜罷了，簡單可分他為兩大類來說明；一、直接用火的烹飪，二，間接用火的烹飪。差不多家庭裡面，間接用火烹飪的時候多，現在我把他分析在下面：

（1）間接用火的烹飪又分析為三種：

A利用熱氣烹飪

1蒸：把食品放在不透氣的器具中，下面盛着熱水，不與食品接觸，再放在火上，使水沸騰，化為蒸氣，而使他熟的，便謂之蒸。

2夾水蒸：把食物盛在器具裡，再把器具放在盛水的器皿裡，蒸熟的，謂之夾水蒸。

B利用熱水烹飪

1煮：把食物和多量的水，盛在器皿中，再擱在火上燒着的，火的熱度總在一百一十二度C以上，謂之煮。

2燉：燉和煮差不了多少，不過水要少些，火力也要小，要慢慢的使他熟，謂之燉。

C利用熱油烹飪

1煎：把食物放在少量的油裡面煎煤。

2煤：用器具盛着多量的油，放在火的上面，將油蒸沸，再將食物放入烹熟，便謂之煤。

除此以外，尚有烘和無火炊烹器的烹飪，烘，把食物直接放入器皿中，再放在不很強的火上，慢慢烹熟謂之烘。無火炊烹器的烹飪，先把食物間接的在火上烹煮一刻，即放在無火的炊烹器中，食物在火上的熱度，較在器中為少的，悶燒肉的做法便是這樣。

（2）直接用火烹飪又分析為兩種：

A燻：把食物擱在微弱而無焰的火上，慢慢的使他熱，這便謂之燻魚燻魚燻雞便是這樣做法。

B炙：把食物掛在火的上面，直接的燒烤熟了，便謂之炙，現在最受人歡迎的燒鴨子，便是這樣做法。

怎樣收拾我們的器具

除去吃以外，更應該注意烹飪時器皿的清潔。和食品的良好，也有極密切的關係。器皿使用的過久，和常常損壞而不能再用的，也在乎整理的好壞，所以器具的清潔和整理的方法，也有研究的必要。家庭對於器皿的損壞沒有辦法去整理，有時便把他丟棄，這樣於經濟上實不相宜。現在我把烹飪的用具修理方法，就日常最普通的來寫幾樣。普通用的器皿，除去鐵鋼鋁洋鐵幾種，尚沒有甚麼新發明，我也就這幾種用包括式的寫在左面：

A鐵的器具收拾和清潔

1誰都曉得鐵受生銹，稍一不慎，便着了一層黃銹，這器具無形便要損壞了，尤其是我們烹飪的用具，如同鍋烘板等物，假若一着銹，我們便不喜歡用了。我們打算避免這種損失，最好把新買來的鐵器，表面先塗一層香油，再擱在火上加熱，油乾以後再照樣施行，三遍以後，就能用而不會再銹了。

2去銹的方法，前面已經說過，鐵器一旦着了銹，我們便不喜歡再用；其實去銹的方法很簡單，先用煤油擦一遍，再拿一塊小磚去磨擦，等銹擦淨，用濕布一打便行。或者用高上的醋，傾入布中，一擦既脫。

3去積垢的方法，有時我們不用的鐵器，放在一旁，日積月累，不但着銹，還有許多不易除掉的積垢，遇見這種事情，用十分的水，和一分的蘇打去煮他，大約過了一二小時的工夫，拿出來用布一擦，便都去掉了。

B洋鐵的器具收拾和清潔

1洋鐵性軟，洗的時候，千萬不要用力，更不可用粗布使勁的

擦。這種器具用得過久，外表就會變成黑色，這是表面錫屑的關係，不可去磨擦他，不然也要生銹了。最好洗的時候，用中性的肥皂，這樣對於以上的弊病，多少能避免一點。致於去積垢和焦片的方法，仍然用水和蘇打去煮。焦片須先用水泡着，再用去積垢的方法才行。鐵的器具，如果跌凹了一塊，只消用一塊木頭頂着裡面，外面用一塊木頭敲兩下就平了。

C鋁的器具收拾和清潔

1去積垢的方法：最好用木的器匙去刮洗，不然用少許草酸和水液，浸着一夜，再稍爲一刷就可乾淨，不過要注意的，草酸是有毒的東西，洗的十分乾淨，才能使用。

2去焦殼的方法：器皿氐了如果積了一層焦殼的話，切勿用硬物去刮他，致損質地，有一個很好的辦法，只須將器具放在沸水中煮得非常之熱以後，驟然甩在冷水裡，因爲漲縮的力量不同，所以焦片就分裂而脫離器具，取出不費時的一刷就很乾潔了。

3變黑的治法：鋁的器皿一遇着鹼質，便發一種反響作用，而變成黑色，於美觀上有了妨礙，現在有一個方法，只須再用煮一遍酸性食物，立刻復原，酸性食物如番茄紅菓等物。同時我們注意，洗滌鋁這種軟金屬的時候，不能過於用力，不然也要減少他的壽命呢。

D磁的器具收拾和清潔

1.對於碗碟，及一切烹飪中所用的磁器用具，整理和清潔法，不外用水泡着或是煮着，無有不能乾淨的，使用完了以後，隨時既要刷洗，即不能立時去辦，也要先丟在水裡泡着，這樣，就不致再有積垢和不潔淨的弊病了。

2.磁器碎破補救方法，磁器最易損壞，家庭中摔碎碗碟，是免不掉的，可是摔了以後，有的食去釘補，有的恐怕妨礙美觀，便扔到拉圾箱裡去，這樣豈不可惜，現在我有四種補碗的良法，寫在下面，諸君不妨試一試，補救後的磁器，與新的無異，毫無痕跡的。

A用麵筋和石灰少許，放在臼裡，用力搗之千下，然後將他塗在破碎處，用線紮緊，等到乾了，成爲一個好碗了。

B用鷄蛋清和白芨末，塗紮如前，也異常堅固，永不脫落。

C用酒和膠融化，塗紮如前，也堅固得很。

D用蒜瓣將破處對搓，搓至見有黏液，便將他黏合，乾後依然完全無缺，堅固異常。

寫到這裡，雖然不很短了，實際烹飪的基本常識，未必就止於此，不過盡我心中所有寫在這裡，希望大家指正。以後再有關於烹飪的事，再向大家談。我的希望，願每個人家庭裡面都有一個又衛生，又經濟，又美味的烹飪。

婦女肚子疼 甘露膏
甘露膏專治經血未來以前肚子疼經血已來肚子疼經血來時因受寒生氣以致經閉不通肚子疼經血到期不來肚子疼產後惡露不淨肚了疼白帶子宮冷久不受孕肚子疼請貼甘露膏一貼疼痛立止準保經血調順永不再犯一試便知每貼二元外埠函購加郵費三角內三官廟四號代售處大同志總支店
體仁堂
總店天津南門內 分店北京西直門 天津勸業場四樓厚德堂唐山 新菜市新星里華明報社濟南





洗衣精義

科學化的家庭常識之一

李蓉子

『洗衣』是家庭婦女免不了的一件日常工作，即使一般所謂有閒階級，時代小姐，貴族太太們，對於洗衣，並不要自己動手，但是必須有指揮的精神，審美的眼光，和查考的事功，才能使得曾經洗滌的衣服布片『整舊如新』或『整新如舊』！

且慢，『整舊如新』這項術語，的確是漿洗『工程』的成績考語，婦孺皆知的，但是何以謂之『整新如舊』？難道說新衣布片倒不好，必定要洗滌弄成舊衣布才合式麼？而且新的衣布怎麼會洗成舊的呢？整新如舊又有什麼益處呢？到要請教。

唔！這就是科學化的家庭婦女必須要研究的一件小事呀！凡是單層的布衣布片，如布旗袍，制服，工作衣，襯衣褲，小坎肩，網球衣，游泳衣—純羊毛的在外—，乳罩，無袖長襯衫，旗袍襯領，聯衫褲，西服襯衫，領，袖，夏季領帶，網球帽，跑馬小帽，紗手套，大小手絹，餐巾，碟墊，檯布，窗紗，窗簾，布幔，被單，枕套，包袱，洗衣袋，……等類，不論新的或舊的，—就是已用或未用—都是要經過浣洗的工作，才能整潔悅目，舒適美觀。已經用過的當然染有汚蹟及縐紋，應該漿洗，這就所謂婦孺皆知。但未曾用過剛剛製作完成的，也有縫工手跡的汚穢，和布紋折疊的不整齊，還有針孔粉線等。種種不整淨的殘留痕蹟，又有曾經挑繡本色空鏤花的窗簾桌布飯巾茶墊等，雖然是新的尤其應該漿洗以後才能使用，一經洗，晒，漿，熨就能光潔鮮明加倍美觀，比未曾經洗滌的大不相同。凡使用新的衣布，不經洗洗，別人看了就一目了然，大有『暴發戶』而非『舊家』的義諦，倘經洗滌一次，就完全免除那種不良映像





，這就所謂『整新如舊』了。所以那一個『如』字卻大有含義。洗衣的事實是小，洗衣的意義是大；洗衣的工作是簡單，

浣衣的知識是新穎！雖然是件極微細的小事，而的確是件科學化的家庭常識之一!!科學化家庭的建設者，努力於科學家庭新知識新事實的姊妹們，豈肯以浣衣事小而讓它忽略過去的道理!!!

在平常家庭裡，婦女們自己親手浣衣的，則自己注意，並施展種種經驗，如不是自己親手浣洗，——交給洗染房的除外——則指揮僕役侍婢等，務求達到浣衣的最後目的，並不是馬馬虎虎把新舊衣服布片之類往水裡一浸，搓搓揑揑，晒乾折疊，就算盡了浣衣的能事，那樣的浣衣，非但不算『整新如舊』，那是的確把新的弄成舊的了，更不能算『整舊如新』，的確只能算『舊上加舊』，於其越洗越糟，還不如留着『舊染之汚』而不洗吧！為了一樁浣衣細故，勤儉的反被懶惰的取笑了去，還談什麼家庭科學化呢？

浣衣精密的意義既如此，那麼浣衣的方法如何？玆先述近代浣衣的科學化的法則，大概有以下幾種的不同，其名稱是：

（一）電氣洗Electric washing

（二）機械洗Mechanic washing

（三）溫洗Matejase fabrics washing

（四）乾洗Dry cleaning

（五）噴洗Spout faucet washing

（六）熱氣洗Gas-heateh washing and drying

（七）家常洗Household washing

以上數種的總名，皆稱之為漿洗，或有懷疑的問，第（四）種所謂乾洗，乃不過用揮發油擦抹汚跡，既無需乎浸入水中浣滌，更不用什麼漿糊，何以也屬於漿洗之列呢？所謂漿洗者，不過是一個『集大成』的抽象總名目，在以上七類漿洗法之中，豈單是第（四）類，其他種類也有的時候烘而不洗，還有的是洗而不漿，看什麼東西，就隨機應變的用什麼方法來應付。這所以要以科學知識在事前研究呀。以上的（一）（二）（六），三種方法，工作非常迅速，同一時候十件八件衣服，甚至於數十件數百件，可以在三分鐘之間完全洗好，漿好，熨好，疊好，因為各種動作都是機械化，而（三）（四）（五）三種法則卻很遲緩，至少要費二三小時的工夫才可洗成，因為都是用手工的關係，惟有（七）是手工與機械兼施的，所謂半機械化的家庭浣衣法，最合家庭婦女實用的就是這種漿洗。所以此刻把其他各種方法割愛的暫且不談，而單講這一項家常漿洗衣服的程序，這一項也要分七層步驟，如次：

（一）檢查汚跡——先將應洗的衣服布片在未洗之前考查其汚穢之處，是否是尋常汚點，還是不尋常汚點，如係尋常汚點，則在清潔涼水中浸洗之，用平常腆皂即可褪去汚點，並能全部清潔，如係不尋常汚跡，則查看其所染汚的原料而用其他方法，並沒有什麼困難和奧妙，也是非常平凡的，可巧得很，汚跡的類別，日常遇到的也可分為七類：

a.酒跡——在清潔涼水中可以漂洗使淡，然後全件浣滌。

b.奶油跡——用煎沸的腆皂水，平常稱此水為『Warm suds』，把汚跡浸洗之。

c.生菜油跡——此項生菜油跡，家常的餐巾及烹飪制服上時常要染上的，大概都是豆油香油之類，

歐歐婦女每每俗稱之謂『Sajadd oil S'ains』雖然含有多脂性（G ua ra re）但並不難溶化於石鹼熱水中，其洗法與d.同。

d.茶跡—浸入極熱之水，即可褪去。

e.咖啡跡—用開水浸之，時間要久，水之溫度要保持平衡，總在華氏溫度表一百度，不可性急，自能洗淨。

f.水菓跡—先浸入涼水，再浸入沸水，然後把熱水繼續加熱，再在華氏溫度表一百二十度的熱度上煮之，水菓跡比較難於褪去，但是水熱加高就不必用什麼起化學作用的藥品，因爲水菓酸類有種種不同，偶不經心，抑起了反應，而深入衣布的纖維，就永遠褪不去了。

g.剛強污跡—所謂剛強污跡者就是洗之不去，雖褪不淨，美國婦女們因爲沒有法子洗乾淨，就叫這是『Stubborns stains』意思就是頑固倔強的污跡，如楊梅汁，藍墨水，松烟墨，機器油，沙定魚油……等所染之污點，雖用以上六種方法，一時仍舊不能使其清潔，則再一種『日光漂白』『Sunb aun Bleaching』之法，即將洗而未盡的污跡衣布置於強烈的日光中晒之，待其自然褪淡，然後再用漂白粉漂之。

（二）漂洗工作—大凡白色衣服布片必須經過漂洗工作，方能潔白悅目，如洗而不漂，就難免要有灰白或枯黃的毛病。有顏色的衣服就只能洗而不能漂，洗的時候可以不用尋常胰皂而用各種顏色的『日光皂』『Sun Light soap』紅藍青紫，濃淡皆備，可以配用，衣服的顏色就不至於慘淡了，此種胰皂，各上等雜貨店可以購之，無論衣服布片有色或無色，洗滌之法都是一樣，先將胰皂片傾於洗衣盆中，沖入熱水，（不可先放熱水而後加胰皂片，注意。）然後將應洗之衣浸入胰皂水中，在水中把衣服前後盪動，務必泡沫堆起，而兩手仍舊在水中盪動不息，久之，泡沫必漸漸減少，略加溫水，還是把衣服在水中震動，終至泡沫無有，於是換胰皂水一次，洗滌如前，再換溫清水，至少三次，末次用涼水沖之。至於無色的衣布須經漂白者，則利用漂白鍋，漂白鍋中充滿清水，加漂白水數匙，鍋中即成爲漂白溶液，將衣布置於鍋水中，漂白鍋係電力煮水，溫涼合度，上面有蓋子，如不蓋上，則鍋爐不通電，鍋旁有一大蓄水管，鍋中漂白工作經過了一定的時間，鍋管之水能自動交流更換。至於漂白水，則藥房中或雜貨店均有出售，其名曰『商業漂白混合液』『Commercial B a ching compounds』完全爲科學化的配合液體而非粉末，藥瓶上附有說明書，其用法和分量的多寡，均可一目瞭然，按照確當方法使用之，頗能安全，決無腐蝕之患。所洗之衣，污點褪除無絲毫遺跡而且衣服的全體潔白鮮明。

（三）乾燥工作—科學化的家庭必附設一隻煖氣櫃於洗衣房中，其外形彷彿一頂大衣櫥，前面有櫥門，而背面却與洗衣房牆壁上的大玻璃窗相連接，能通進房外的日光，而不能把櫃中的熱氣透出窗外去，把櫃門緊閉，屋外的陽光射入櫃內，不漏入屋中，但有宣泄水蒸氣的地方。先將櫃門打開，把潮濕的潔淨衣服懸掛櫃中，再關好櫃門，櫃中自有熱氣把濕衣烘乾，日光電力兼而有之，最合衛生。如家庭中沒有煖氣櫃的設備，則把濕的衣服布片懸掛於戶外日光中晒乾。有一種晒衣架，彷彿是一柄有骨無面的大傘，樹立地上，由傘桿





發出許多橫枝，各枝連接堅固的纖維，在線上懸掛濕衣，頗當地面，且又集中。不論曬乾或烘乾，粗布或夏布或羊毛質料的衣服則以半乾爲度，而細布，紗羅，絲綢質料的衣服，應待完全乾燥後，才算此項工作完畢。

（四）選擇熨斗—洗滌的衣服必須熨平，非熨斗不足奏功，但熨斗有種種的類別，如炭熨斗，電熨斗，酒精熨斗，沸水熨斗等，要算電熨斗爲最佳，不過電熨斗還有強弱，大小，輕重之分，須詳加識別，電熨斗的重量不可太輕，亦不可太重，最好只重三磅，至重的不得過四磅半，宜用磅秤權之，電力的強弱應該是二百二十伏特（220—Uolt）及八百至一千瓦特（800—1000 Watt），必須傳電迅速，熱有均勻，能隨意管轄其電力者爲佳。分量過重或電力過強的，則非家庭婦女所宜應用，但電力較小的只家五百伏特的，則又覺太遲鈍，功用太小，所以選擇熨斗却是一件應該酌量的事。

（五）平熨技能—熨平衣片要使用一種熨衣架（Dironer），爲長方形尋常檯子一樣高的架子，有高低台面兩層。比較高的檯面係白石製成，前邊有管狀形的電燈，可以把底一層檯面上的熨物照耀得纖維畢現，石檯面爲平鋪的大小白石兩塊，可以上下活動，以便把熨平而又用手工折叠好的衣布置於大石板上，再將小石板壓之。比較低一些的檯面則不過一塊木板，板上用氈子緊緊的包起來，氈上再包一層白布，以便把要熨的衣服平鋪於其上，如熨的是刺繡花邊的東西，務必將正面覆於檯上，反面朝上，先用兩手鋪平，然後用電熨斗輕輕一之，於是花邊上的凹凸花紋，就能活潑鼓起來，決不致被熨斗所壓成死板板的樣子，沒有凹凸的即儘可熨其正面。倘然這座熨衣架是自動電力的（Automatic Heat Droner）則那塊氈包的木板必定是一方良導體的金屬板，板上亦能發出熱力，而熱度的高低要看衣服乾濕的程度衣服乾的，則板的熱度要低，反之就要高些，因爲板上冷熱程度是由熨衣者隨時管理的。

（六）轉輪熨件—如熨檯布等大張物件，欲求迅速，則不在平面檯上用手工熨之，最好使用一種轉輪熨衣架（Rotary Ironer），有一個直徑八九寸的自動電熱輪軸—輪軸上亦包着氈，輪軸下部附於半圓槽面中，槽上亦包好氈布，電流一經接通，輪軸就發熱旋轉，於是把要熨的布片的一邊附於半圓槽面的縫中，布片即附着輪軸由槽中擠軋而過，布片的左右兩邊用手輕輕扯之，使布片伸張的轉熨過去，再由輪軸的上面轉過來，亦用兩手在布的邊端助理之。經過一次的轉熨，布片尙不能算平服滿意，須反復轉熨二三次，必定是這一次正面在上，那一次正面在下，方才使得布片上的刺繡得號高起，活潑有緻而全體又平滑如鏡。

（七）折叠完成—大件的衣服布片，既經熨好，必須折叠。折叠工夫也要有審美的眼光，不能隨便，折叠時需先察看衣服布片的情狀，一時正在筆墨上頗難達意，所謂漿洗的事功雖小，却也要隨機應變的。折叠時就使用轉輪熨衣架，才能平服活潑兼而有之。

以上七層步驟，無非是科學化的家庭婦女引用半機械化的洗衣方法，的確是非常有趣而合實用的一種家常工作，即使家庭中並沒有機械的設備，則一具尋常的熨斗和一塊氈包的木板，總可以置備齊全的。再有衣服布片洗淨以後，如嫌質料舊薄，則用一些小粉製成的稀漿糊，漿好衣片，待半乾時熨之，則熨平甚易而益覺美觀耐用了。至於家庭婦女對於洗衣工作，並不要每天費心，僅可每星期一次，最好定於每星期五爲洗衣日（Washing Day）於是一到星期末（Week End）家中各式衣服布片一律『整新如舊』『整舊如新』，新家庭的精神就多麼新鮮活潑潑地呢?!

主婦須知



室內清潔法

玲君

婦女們管理家事是很不容易的事，要使家庭合於衛生及適於安息精神與身體的疲勞的原理，有許多方面應該顧到，不但食品等應該注意，於裝飾及清潔也很重要，現在別的不說，先舉出這最重要的清潔一事來大略一講，許多塵土是汚的，裡面雜有許多微生物的胚種，但非常之小，眼睛終難看到，有幾種微生物是無害的，但病菌也有，一經侵入身體內，人就會發生疾病，所以揩拭器具，不但爲雅觀，一方面又爲衛生。

爲了衛生，必須將微生物除去，所以揩拭器物及地板的第一要點，是要不令塵土飛揚到空中，因此必須用溼布揩拭，不宜用帚或撣帚拂拭了。

但傳染病的微生物，不僅都是從塵土中來的，許多別的蟲類也能夠傳染，又有許多蟲類，於人類亦有別的害處，而這宗蟲類，也都是因不潔而來的，現在我們先舉出這些有害的蟲類，然後再說清潔的方法。

這類害蟲中最常見的，有蚤，蝨，臭蟲，蟑螂，蚊，蒼蠅等，蚤，臭蟲的繁生，全因房屋不潔所致，螞蟻，蟑螂則屋內或屋外也能生殖，蚊蠅戶外也能蕃生，四週的園庭間都能產生的，其中只有蚊是飛來吮人的血，螞蟻及蟑螂蒼蠅等則因有食屑可以而誘來的，所以只有清潔，就都可以設法驅除。

另外還有許多蟲類，如白蟻蠹魚及多種蛀蟲，善能損害物件，蜈蚣的鉗，蠍子尾後的鈎，則有劇烈的毒汁，人若被咬時是很疼痛的。

但各種蟲類中，蒼蠅傳播疾病的力量最强，好在卵在汚穢的地方，各種腐爛的東西上，動物的排洩物上都能生育，他又有翼，能各處飛行，常止息在汚穢的地方，如果室內有食物不遮，他就聞氣味而來，同時將汚物及病菌都遺在食料上，一年之中，人死於蒼蠅的傳染疾病的，實在很多，防禦的方法，須使他沒有地方去生卵，汚物盡遮蓋，低溼的汚穢地方，須鋪以沙或灰，每星期用乾石灰撒在上面，蒼蠅就不來了。

一方面，最好窗戶都蒙紗，不但可以避蠅，又可以避蚊子，再有潛入房子來的，可以用打蠅網拍殺牠，各種食物都應遮蔽，小孩的食品上更應當心，並且他的臥牀也須用帳蒙住，不可容蒼蠅爬行。

蒼蠅之外，最爲害的還有蚊子，蚊子不特吮人的血，兼能傳遞熱病，但防禦牠的方法，並不十分容易，他生卵常在水中，地面上不可使水停滯，陰溝必須流通，如有積水之處，可以洒以石油，庭園中的草茅必須割去，因爲茂密的叢樹叢中，是蚊子極喜歡躲藏的地方。

室內蚊子，只消焚橙橘皮之類，可以逐出，强烈的芳香，如樟腦薄荷的氣味，他也怕的，除蟲菊做的蚊烟香，他雖然一嗅着就醉倒，但香氣散後，仍能蘇醒過來，西洋常用大而堅固的樹葉，或什麼薄板上塗以椰子油撲蚊，蚊能夠黏在上面，有時人若睡在沒有帳子的地方，不堪蚊蟲咬時，只得用石油塗在露出的皮膚上，他就不近來了。

蝨有的生在身上，有的生在頭上，但若清潔可以免除這類蟲的，生在髮上的蝨子，用石油及醋可以撲滅，蚤則更細小而難以捕捉，他常生在鼠貓狗等身上，又由牠們傳播到各處去，要除淨他，很不容易，除去衣服勤洗勤換之外，沒有別的方法，在他所生的地板等處，則可用石油揩拭，被咬的地方必發腫發癢，可用稀薄的亞莫尼亞液，或用鹽加水擦在腫處，很有效的。

此外蝎子，蜈蚣等蟲類，比較別的蟲類少些，驅除的方法，也比較困難些，此外蠹魚，蟑螂等等不

咬人，而損壞衣物書籍很利害，比別的蟲類更討厭，平常多放樟腦之類，可以驅除，相傳有一種殺蟑螂的方法，非常的有效，很可以一試，方法是麵粉一杯，硼砂一基羅格蘭姆八分之一，糖一茶匙，加水拌和均勻，做成小餅，乾燥後，再搗碎，撒在蟑螂常常行走的地方。

但要使房屋清潔，方法很多，並不十分容易，譬如我們洒掃地下，便有種種方法，無論地下是板的或是石的，要清潔必須用水洗濯，比僅僅乾掃好的多，但塵土先須掃去，然後最好用肥皂的熱水，醮布或拖笆從離門最遠的地方拭起，隨後再用布醮水揩一次，最後用乾燥的布拭乾，但如果地板是髹過或上過蠟的，不能用水拭，如有水落在地上，便着痕跡，所以只能用帚或用布乾揩，掃的時候，所有物事須先蓋好，掃帚也必須十分與地接近，可免塵土揚起。

許多器物是有顏色漆的，那麼，便不能用鹹或鹹性重的肥皂，洗的時候，只能用硼砂水或硼砂粉，如果器物十分不潔，可用亞莫尼亞水和在硼砂粉中，使粉成厚的糊狀，隨後再預備水兩桶，一桶溫的，一桶熱的水。

先將浮塵拭去，其次將和亞莫尼亞的硼酸粉傾倒在一方粗絨布上擦了之後，即用熱水沖洗，後再用溫水輕輕洗濯，又用乾淨的布片將洗濯處拭乾，這種洗法，漆面自然光潔了。

如果有泑油的器物，必須用熱水洗滌，肥皂不必多用，但洗後，須用絨布猛力的擦，到器物發熱爲止，自然能發光亮，要使堅木做的器物光潔雅觀，也只有用這個法子，以漆類假做堅木做的木器，最好用硼砂肥皂水洗，即用布摩擦到極乾，次後用絨布溼火油用力的揩，但火油不宜太多，如太多，則使木上的顏色溶解，反減少美觀了。

堅木製的器物，可用松節油醮在絨布上揩擦，隨後再用煎過的亞麻子油輕輕擦過，如有汗斑，可用那極細的沙和油，用皮革按而擦之，恐有疵痕，則別用乾淨皮革摩擦令光，堅木製的器具，兩三年間必須用硼砂肥皂細細洗一次，拭乾之後，上油少許，用光滑的皮革摩擦，至到木面發熱灼手爲止。

洗滌柳木編物，只須用熱硼砂肥皂水，用毛刷洗刷，適合乾燥，如有漆髹過的，那麼最好用布一方，包裹白堊粉及堅木的細鋸屑摩擦，如布片污了，將內容物傾在潔淨的布上，包了再擦，擦後用軟毛的刷子刷淨末屑，更污的地方，則可用薄布包硅藻土，如姆指的指頭般大，畧浸以熱亞麻子油，用力摩擦便好。

各種椅子之屬，如蒙有墊褥的，四週露出的木邊上，可用布醮肥皂水揩擦，速速令乾，再用絨布滴火油數滴，用力摩擦，凡栗樹櫻樹等堅木製的器具用這方法洗刷很適宜，紅木紫檀等製成的器具，則不必用肥皂水，只須用潮溼的布擦，遂後用清潔的絨布摩擦就好，沙發等蒙有織物的部分，先用刷子用力刷了，隨後用清潔的布，浸在熱水中後，絞得極乾，很快的向織物上面揩拭，再用潔淨的絨布，略溼酒精揩拭，因酒精能溶解塵垢，所以容易將塵垢刷去，但一見絨布有污，即應放在溫水內洗淨，否則被酒精溶解的塵垢很容易染在織物的線縷上的。

各種鍍金的架子之類，要使清潔，可用細淨的白粉和酒精，調成糊狀，塗在器具上面，「塗的面積不要太大」未乾燥時即行刷去，如污的利害，則先用肥皂水洗刷，抹乾後，隨後即塗以白粉，等乾燥後，用硬毛刷子刷去白粉，然後用軟皮摩擦令光。

多種器物，裝有銅製的東西，像箱子上的拉手之類，如上面是塗漆的，則只須用普通的方法可以使他清潔，即用柔片溼微溫肥皂水拭之，如銅上並不塗漆者，則有各種方法，最好的方法，先用熱的肥皂水洗過，須用鹽及醋醮在絨布上細擦，隨後再用乾的白粉和軟布拭光，但必須注意，不可使鹽醋觸着木頭，免受損壞，或者有時以便宜上，用硅藻土的細粉和甘油調成糊狀摩擦，隨後再用硅藻土燥粉摩擦令光。

以上不過簡畧的清潔法，請家庭的主婦們可作一個參考。



嬰兒保育的研究

洪明

嬰兒爲家庭之中心，未來之國民，他的健康關係整個民族，我國對於嬰兒的保育異常忽視，因此我國嬰兒衰弱者多於強壯者，而死亡率則爲世界冠。近世一般關心民族前途者，對於嬰兒的保育極爲注意，時常提出問題，研究討論的方法。但希望未來的國民，能成爲健全有爲的國民，全賴幼時養育的得法與否。故保育嬰兒責任重大，應當悉心研究，如何保養如何利導，使其身心日漸發育，日漸强壯，由此可知嬰兒保育，爲家庭間最重要之職務，斷不可忽視，隨世之爲父母者，當注意研究嬰兒保育之方法才好。

一，養育嬰兒是婦女的天職　愛倫凱說「婦女之所以爲婦女，在其母性，如果做母親而不能盡其充分的天職，那無論其餘甚麼事業，都是不足取的。」這樣說法未免有過人之處，但養育子女確爲婦女的重大責任，這是千百人也不能否認的。可是養育子女，不是一件容易的事情，古人所謂「如保赤子」就是這個意思，嬰兒是非常嬌嫩的，保護稍有不周到，小則發生疾病，大則發生性命危險，據衛生署的報告，我們嬰兒死亡率一千個之中，有三百四十二個。世界各國除印度外，沒有一國再比這個數目高的了。死亡所以這樣高的原因固然很多，但是其中最大的原因，就是做母親的不知保護嬰兒的方法，或放棄保護嬰兒的責任，倘使做母親的，能盡責保育他的嬰兒，不但可免除死亡嬰兒的痛苦，就是國家民族前途的發展上，都有很多的利益。

二，嬰兒時期的生理狀況　新生兒的身長爲五〇糎，而腳部的長占全長八分之三，八分之三爲體長，餘八分之二爲頭部的長，如此比例，可知頭部頗大。兩眼大而有光輝，皮膚及毛髮的光澤，叢叢[illegible]纖而有腥氣，皮膚與筋肉緊張而平滑，皮下脂肪頗多，全體軟弱而有彈力，全身運動活潑，其身體內部亦與大人不同，他的腸胃，僅能消化吸收流動性蛋白質的乳液，但滿一歲後，漸次能吸收動植物質的固形食物，而不生障碍，如此日漸長大，身體亦日漸發育，內臟，皮膚，筋肉，骨格等亦漸增加其強度，故對於嬰兒之衣食住等重要事項不可不特別注意，茲將其應注意之事項分述如左：

（一）嬰兒的衣服　衣服是保護體溫唯一的要件，嬰兒初出母胎，保護體溫，最爲緊要，但嬰兒的皮膚及骨格非常脆嫩，故製備衣服，其式樣和材料，都要注意。

甲，衣服的種類　分襯衫睡衣睡袋尿布等數種。

1.襯衫　襯衫的大小，各部都可以做幾件，宜寬大，不宜窄小，宜簡單，不宜複雜，因爲嬰兒發育非常之快，時常要更換的，其質料宜用輕暖而無刺激性的，春秋用紗布的，冬季用絨布者爲宜，且取其價廉而耐洗者。

2.罩衫　罩衫以不退色之軟布爲最好，不須大小襟，鈕扣在背後，領口及袖口均穿以帶，以便穿時隨意大小，洗後不可上漿糊，以免損傷兒童皮膚，最須注意能洗滌的。

3.睡衣與睡袋　睡衣爲嬰兒不可少之物，可以免去睡時受寒而致成疾病。式樣與罩衫相仿，惟下邊須穿帶，使脚不外露，冬季宜用絨布的，夏季宜用棉布的。睡袋用絨布棉布均可，袋中放棉花少許，睡時將小兒裝入，兩肩用帶結好，或下邊不縫縫，而用環針扣好，夜間更換尿布，可不必將小兒抱出，以免受寒發生傷風等症，且母親不必時常起來爲兒童蓋被。

4.尿布　尿布亦爲嬰兒不可少的東西，其質料以柔軟而有吸收性的爲最好，不可用新棉布做尿布，尿布數目要多，因爲嬰兒尿布一濕即換，不勤換則易致疾病。尿布不宜太厚，太厚使嬰兒兩腿分開，變成灣形。用尿布時應注意之各點如下：

A尿布不宜以帶緊束，可用環針，扣住臀部兩旁。

B污穢尿布不可隨意亂放，應速浸於水盆內。

C尿布洗滌後應晒於日光中，天雨時用火烘乾。

D有大便的尿布，最好用開水和肥皂泡過，再用冷水洗淨。

E小兒臀部間有疼痛，紅爛等患，即因尿布不乾淨所致。

F無論日夜都要隨時更換尿布不可把溼尿布留在嬰兒身上。

G尿布折叠，須平正，不可有縐紋，否則用之使嬰兒不適。

5.鞋襪　鞋襪都應寬大，不宜狹小，足脛宜常保其溫暖，襪與尿布相接，可免脚脛外露，夏天穿短襪，冬天穿絨襪，以大小能伸縮者爲宜，初生數月之嬰兒無須著襪，七八月後學步的兒童，鞋最重要，務須頭方底歙，以便學步。

6.護手套　五六個月的嬰兒，喜吃手指，這是不良的習慣，可帶手套去防止，手套之式樣，不可如成人冬日所用手套之式樣，以其目的在防止吃手，故其形式若袋，將手的全部套入，便不會吃手。

7.外套與帽子　在冬天的時候兒童外出，應加外衣，棉袍或披風均可，帽子不可不帶，且不可太厚，免得頭部出汗，感受風寒。

8袴子　嬰兒的袴子，須依年齡而定製法，兒童年齡稍大，能自便溺者，可用滿襠袴，該袴勿用帶束，祇須在腰上用鈕扣扣住。幼稚的嬰兒，萬不可用滿襠袴，以免便溺在袴上。

乙，穿衣服時應注意之點　以上是嬰兒衣服的種類，至爲嬰兒穿衣服時，亦有注意之處甚多，茲略述如下：

1嬰兒衣服，穿不宜得過厚，亦不宜過薄，須按時令氣候斟酌增減，更換厚薄，因爲衣服過厚，則體熱出汗，容易感冒，過薄則體溫外散，手足易冷，致生疾病。

2嬰兒年月較輕的衣服，宜稍暖，較大的兒童，便不宜穿過厚的衣服，可使穿短袴而輕便的衣服，鍛鍊其能有耐寒冷的筋骨。

3嬰兒之衣服，不宜驟然減少，驟然減少，則寒氣乘機攻入，而發腸胃等病。

4穿衣服的時候，手續要快不應長久顚動兒童。

5胸部不宜緊束，以免胸骨變形，總之小兒宜穿寬大的衣服，俾小兒行動得以自由，發育得以完全。

6腰間不可用帶，以免阻碍食物的消化，可在袴腰前後左右開鈕扣孔，扣在背心上。

（二）嬰兒的食物　母乳爲嬰兒主要的食品，在一歲內，若是乳飼得口，嬰兒一定長得很快，並且非常健康，否則不但長得很慢，並且身體孱弱，吃母乳的嬰兒，大概少疾病，抵抗力也極强，死亡率也比吃他乳者爲少，所以做母親的若要顧及子母幸福，最好自己哺乳，近有一般爲社會服務的女子不能雙方兼顧，往往雇乳媽哺乳，尙有一般貪享樂的女子，往往將親生子女，委之乳傭，而自己一切不顧，這不免有愧母責了。今將普通哺乳的種類，以及利害分述如左：

甲，哺乳　哺乳分三種，用母乳或乳媽之乳者稱爲天然乳，用獸乳代替者，稱爲人工哺乳，人乳和獸乳併用者，稱爲混合哺乳，人乳爲小兒最適宜的營養品，爲他乳所不及，茲將各種哺乳法分述如左：

I.母乳　母乳爲最有益於嬰兒之乳，前面已經說過了，再將其具體利益傳述如下：

A保有與體溫相同之溫度

B清潔無細菌，不易發生疾病。

C有抵抗傳染病的力量。

D節省時間與經濟，免除許多麻煩。

E人乳滋養成分較其他乳類成分爲多，其成分比較如下表。

成分	人乳	牛乳	乳粉	羊乳	豆漿
澱粉	三·五	四·五	三·〇	四·三	三·二
蛋白	三·五	三·五	三·〇	四·六	四·二
脂肪	三·五	四·〇	三·〇	四·〇	〇·八

（附注）牛乳羊乳及乳粉等都缺乏澱粉，故食時須加糖分。

甲，天然哺乳時應注意之點如下：

A哺乳時，乳母與嬰兒均須有舒適狀態。

B乳母應用中食指捏住乳頭以免妻礙兒童呼吸，同時略爲緊壓乳部，以免乳汁流出過速，兒童來不及下嚥。

C哺乳之前，宜置嬰兒於肩上，用手拍嬰兒之背，以排出胃中空氣，而防乳流。

D哺乳之後，宜教嬰兒向右躺臥，以免胃受壓而嘔吐。

乙，若母親缺乳，須雇用乳媽時須注意下列各點：

A須檢驗乳媽身體要强健而無花柳病，癆病，眼病等傳染病者。

B乳媽之乳量須充足，乳汁須清潔。

C乳媽之年齡須在三十五以下，與生母相差不多，其小孩年齡須與自己小孩相仿。

D乳媽之品格性情及行爲，須溫和端正。俗語所謂「吃奶三分像」，不可不注意。

Ⅱ人工哺乳　若母親因有特別原因，不能親自哺乳，而能力又不能雇乳媽，則不得已，以人工哺乳代之，人工哺乳之食品，有下列數端。

A牛乳　鮮牛乳須煮熟至華氏一四〇度，經二十分鐘後，可殺滅細菌，而不變本質，對於嬰兒頗有利益。

B乳粉　各種乳粉成分不一，嬰兒必須經醫生檢查，方能斷定其需要。

C罐頭牛乳　開罐後，須置於清潔器皿內，並藏於陰冷之處。如有發酵等現象，萬不可食。

D豆漿　不宜多預備，須新鮮清潔，隔宿即不可食。

甲，人工哺乳時應注意之點如左：

A選擇食品，其養料須爲嬰兒所易消化及吸收者。

B器具須預備清潔。

C食品須清潔新鮮，置於陰冷處保存。

D喂乳之溫度速度均須適宜。

E禁止撫玩乳頭，以免腹膜或傳染病。

Ⅲ混合哺乳　母親分娩後，數日間乳汁分泌不充分時，或母乳之分泌漸漸減少時，或因職業之關係而不能親自哺乳，勿即行人工哺乳，應先與以母乳，而以牛乳等補其不足，此即混合哺乳。混合哺乳比用人工哺乳，成績更爲良好，所以母親雖有少量之乳汁，亦勿要廢去，可用人工哺乳補助之，倘母親乳汁漸次增加時，混合哺乳減少，仍宜恢復至天然哺乳，以全兒童之幸福。

Ⅳ哺乳時間與乳量　無論天然哺乳，或人工哺乳，關於哺乳時間，及乳量均須注意，茲述其大概如左：

A哺乳以每四小時一次爲合宜，因如此才能使嬰兒之胃按時消化按時休息，茲列表說明：

年齡	次數	上午	下午
初生至四月	六	二·六·十	二·六·十
五月至十月	五	六·十·	二·六·十
十一月至十二月	四	六·十·	二·六·

B嬰兒體重不足，或過弱者，每三小時哺乳一次。

C每次哺乳時間，至多以二十分鐘爲限，每乳約哺十分鐘，時間多則妄費嬰兒氣力。

D每次哺乳，嬰兒應吃之乳量大概如左：

第一星期　一兩半至二兩半。

第二至第三星期　二兩至三兩半。

第四星期至第九星期　四兩至五兩半。

第十星期至五月　五兩至六兩半。

第五月至七月　六兩至七兩半

第七月至十二月　七兩至兩九半。

Ⅴ乳品以外之食品　乳品以外，尙需食物數種，俾滋養分充足。

A橘子片，蕃茄汁，白菜湯，胡蘿卜湯等，均自二三月時加入乳內由一小匙漸次增多。

B魚肝油　自二三月時起服半小匙，每日一次，以後逐漸增加。

C穀類　自五六月時可加吃米湯，七八月時可加吃稀飯。

D水　哺乳之間，宜多飲白開水。

乙，斷乳　嬰兒生長十月後，可以漸漸斷乳，如母親有孕，或有其他疾病，尤須速即斷乳，而以人工哺乳法代之。

1斷乳時之注意

A按嬰兒之食慾與消化力，將哺乳次數漸漸減少，代乳品由少增多。

B代乳品之選擇須注意清潔新鮮。

C注意衞生方面一切事宜。

D每日按上午六時十時及下午二時六時餵食。

2斷乳後之注意　斷乳後之食物，可分五數，蔬菜，肉類，蛋果類及糕餅等，總之選擇其易消化而滋養料多者爲宜。

（三）嬰兒的居室　我國向習，嬰兒均與母親同臥，以致發生種種危險，故爲母子兩方之幸福着想，嬰兒的臥處，應與母親分開，如設置小床於母床之旁，既便於照應，又合衞生，嬰兒之臥處須選擇日光佳良，空氣流通之處，因爲日光與小兒的發育有密切關係，且能殺滅細菌，極合衞生，但須避免陽光直射，即冬天日光亦不可直照小兒面上。室中溫度，以在攝氏二十度爲適當，室內須清靜，切忌喧噪，以免防害小兒之睡眠。

小床所用之被褥及枕頭，均須柔軟輕鬆，不可太重。冬天亦不宜過暖，過暖則出汗多，易致虛弱，夏季須置蚊帳，以防蚊蠅。枕宜低縟，不宜過高，以免頭部過屈，呼吸困難。宜側臥，且須時常左右交換，因小兒不時會吐乳，側臥易使乳汁流出口外，不致流入氣管，而發生危險。臥床尤宜清潔，小兒臀部可用膠皮或油紙等敷之，但須時時更換晒乾。

（四）嬰兒的通便　嬰兒的通便與嬰兒的健康上很有關係，所以嬰兒除初生一兩月者以外，應當與大人一樣，每日通便一次，然有許多嬰兒，因爲乳汁過濃，或無相當之休息，不能接照新陳代謝的原則，逐日排泄。在這種情形之下，嬰兒常常哭噪不休，睡眠不安，甚至身上發生紅點。嬰兒如有此種情形，做母親者即應有通便的智識，替嬰兒通便，通便之法可分左列數種：

1用象牙肥皂一塊，用手搓成筆尖形，先放入水內，使之濕潤，後往肛門內一推，等幾分鐘，嬰兒的大便，自會隨肥皂沫而下來了。

2用洗筒通便法亦可。

3平時多吃水菓，以橘子爲最佳，以其富有糖酸等質。較大之孩童，可以使其常吃，能助消化，且易通便。

對於嬰兒通便一事，亦爲保育嬰兒之一件重要事項，最好能養成兒童一定通大便之時間，每日按時令小兒大便，久之習慣自然養成，而兒童亦必康健而少疾病了。

（五）嬰兒的睡眠　睡眠是休息身體，幫助發育，其功用與飲食相仿，所以初生之嬰兒，生活非常簡單，除吃奶而外，整個的生活就是睡眠。嬰兒在第一星期之內，大約要睡二十至二十二點鐘，及滿月增長，睡眠的時間亦逐漸減少，在一歲時，必須睡眠十六至十八點鐘；兩歲時，必須睡眠十四至十六點鐘；三歲以上，嬰兒玩心增長，好玩而不喜睡眠，因此則在吃晚飯時，其兩眼已朦朧欲睡，甚至飯亦吃不下。故做母親者，於每日午飯後應使其睡眠，休息身體，好玩而少睡眠之兒童，必定瘦弱。試就大人而論，終日勞碌而無相當的休息，必定顏色難看，飲食不易消化，且易悲觀，易發怒，而不能約束自己。小孩亦然，試觀滿足睡眠的小兒，其精神一定快樂而且活



滑，發育因之加快。所以睡眠充足，是育兒的要事，不過小兒睡眠時有幾件應注意之事項述之如左：

1獨自睡眠　可以多得氧氣，合乎衛生，身體强壯，又可免被壓斃的危險。

2身體側眠　初生的嬰兒，骨格異常柔軟，做母親者應將小兒按時換邊睡眠，使其頭殼能整個的成長，而成五官百體發育完全的美貌小兒。小兒仰睡，除使其頭骨成扁形外，其最大之害處，爲易於驚醒，不易酣眠。

3按時睡眠　按時睡眠，不論大人小孩均須養成，而以小孩爲尤要，若由小養成習慣，成長後亦自然成功。初生之小兒若白紙一般，無所謂習慣，更無所謂習慣的好壞，其習慣都是由大人養成的，所以小兒須令其按時而眠，如時而起，大約小兒起身的時間，夏日在六時後，冬日在七時後，午飯後午睡一二小時，晚間七點後可以睡眠，於是小兒方面，可以養成早起早睡的習慣，而大人方面亦可乘小兒睡眠之時做些進修或其他預定的事情，所以小兒按時而睡，對兩方面都是很有利益的。

4睡前應注意之事項：（一）臨睡前不應多飲多食，尤其是肉類。免致遺尿，惡夢等。（二）最好要開窗戶，空氣與人之關係殊大，而嬰兒需要充分的養氣更爲迫切，故小兒臥室內空氣流通是一件極重要的事項。（三）臨睡前要清潔身體，如換尿布洗面部洗臀部等。將汚穢的衣服脫去，俾使其睡眠舒適。因睡眠能影響人的健康，且能左右人的性情，所以做母親者對此些許小事亦是不可忽視的。

（六）嬰兒的出牙　嬰兒出牙時，是其發育程序上之一大變化，當出牙時，往往發現大便顏色變青，或有寒熱，喜嚼東西，其出牙之遲早，視嬰兒身體的强弱而定。健康的嬰兒，出牙極早，在四五月出的也有，但是普通兒童平均在七個月左右始發現門牙，茲將牙齒的發育及蛻落的時期列表如左：

乳牙生長及蛻落時期：

牙名	生出時期	蛻落時期	個數共計
當中門牙	五月至九月	七歲	
第二門牙	七月至十月	八歲	
第一大牙	十二月至十四月	十歲	
虎牙	十六月至十八月	十二歲	
第二大牙	十八月至二十五月	十三歲	共廿個

永久牙生長時期：

牙名	生出時期	個數統計
第一大牙	六至七歲	
當中門牙	七至九歲	
第二門牙	七至十歲	
第一小大牙	十至十一歲	
第二小大牙	十一至十二歲	
虎牙	十一至十三歲	
第二大牙	十二至十三歲	
第三大牙	十六至廿五歲	共卅二個

牙齒爲幫助消化增加美觀的唯一要件，吾國人素不講衛生，對於嬰兒的牙齒不加注意，不知保護，因此便發生膿齒蛀齒等病症，所以人們要有美好的牙齒，在幼小的時候就要有保護的方法，小兒每日早飯前後及臨睡前（指晚間）當用開水洗刷牙齒，三餐以後亦須漱口，這是頂好的保護方法。

（七）嬰兒良好習慣的養成：

吾人的生活習慣，由嬰兒期內，就立下了基礎，有許多就終身不改變的，所以在嬰兒時期，適當生活習慣的養成，非常重要，況且習慣的養成，不是一天可以成功的，是要慢慢養成的，養成之後，就不大容易變更了。茲將分期養成兒童良好習慣的諸條，分述如下：

1.初生兒日常生活的習慣：

A早六時起哺乳，每四小時一次，共六次，哺乳中間可喂一次白開水。

B初生兒每日除哺乳外，均應睡眠。

C早九時沐浴一次，注意衣服與臍帶等。

D身體與環境均須清潔。

E每日至少有一次戶外生活。

F運動，嬰兒不可包裹太緊，以致防礙血液循環。五六月的小兒須運動肌肉，勿過樑抱，一歲以下的嬰兒可用站欄式行車，助其行動。

2.嬰兒普通生活的習慣：

A睡眠，關於睡眠時應注意之事已詳見上文茲不贅。

B大便，關於大便應注意之事，亦已詳見上文，茲從略。

C啼哭，嬰兒普通的啼哭，爲正常的運動，爲母親者，無須着急，惟有數種啼哭，則須特別注意。

（1）因腹痛而啼哭，其聲尖銳，兩腿並屈至腹部，須注意飲食不宜過多，並勿使空氣侵入腹內。

（2）因腹飢而啼哭，發現於第二次將食時，其聲由慢而漸大的。

（3）因耳痛或其他疾病而啼哭，其聲甚尖，並且左右搖首轉動。

（4）因溺愛及習慣不改而啼哭，家人因喜歡嬰兒時時抱之，以致養成不抱即哭的習慣。

D洗澡爲嬰兒正當發育中不可少的一種運動，夏天每日至少一次，冬日三天一次，茲將洗澡時，應注意之各點述之如下：

（1）事前的準備，準備洗澡時所需要的一切物品，及安排位置。

a.凳子二張，一爲安放澡盆，一爲母親自坐。

b.澡盆一個盛溫水半盆，涼水熱水各一壺。

c.小方桌一張爲放兒童衣服之用，衣服及尿布均須清潔，按序放好。

d.大手巾一塊，大小面布各一塊，小毯子一塊爲覆兒之用。

e.硼砂水一杯爲洗眼之用，棉花一塊爲擦耳鼻之用。

f.肥皂不宜用含鹼過多者，應用無刺激性者，以免損害嬰兒皮膚。

（2）洗時手續，爲嬰兒洗澡，手脚要輕快，勿使嬰兒長留，先洗頭部次及身部最後下部，周身洗到，用乾毛巾擦乾，穿上衣服注意嬰兒之舒適及冷熱是否適宜，然後包上尿布。

（3）洗後處理，嬰兒洗澡完畢，臥於床上給嬰兒哺乳，使之睡眠，嬰兒睡後，再整理物品。

3.其他衛生習慣的養成：

A行走坐立，身體要端正，姿勢要正直。

B飲食按時而進，不許吃雜食。

C勿令嬰兒將東西隨意置入口內。

D咳嗽打噴嚏時，用手巾掩口鼻。

E飯前要洗手，大小便後要洗手。

F不論寒熱皆應作適當之戶外運動。

至於道德習慣的養成在嬰兒時期極少，另在家庭教育方面詳述，茲不贅。

四，嬰兒常見疾病之處理，嬰兒體質脆弱，養護稍事不周，便發生疾病，爲母親者宜深注意之，茲將嬰兒最常見的疾病，其病狀及預防方法畧述之如下：

1.腸胃病 嬰兒與幼童時期，爲營養上最重要的時期，如營養充足，則體重增加，所以需要的營養物，小兒時代較成人爲多。但嬰兒的消化器官

，異常柔弱，又因需要營養的緣故，致消化器官的工作極繁，稍有不慎，即生種種腸胃病，輕則身體虛弱，重則性命之憂。小兒腸胃各病，甚為複雜，由口至肛門，均能發生疾患，且此一部有病，則彼一部亦往往受影響，故為母者不可不深加注意，茲略述普通腸胃病如下：

A反流　嬰兒哺乳的反流，為哺乳法不宜所致，實非病狀，故其吐出之乳汁，依然不變。

（一）反流的原因　（a）哺乳過急，食物未能入胃，易於反流。（b）乳量過多，為嬰兒之胃所不能容。（c）空氣入內，哺乳時嬰兒吸食力過猛，或鼻堵塞，易吸入空氣。（d）授乳時間相距太短，次數太多，第一次所食之物，留滯於胃中，第二次無處可容，於是反流。（e）如壓迫或動搖過劇，都能易使所食之東西流出。

（二）反流的預防及護理　（a）哺乳勿過急或過多，按時哺乳。（b）禁止吮手指，哺乳前，宜抱嬰兒伏於肩上，按拍其背，使胃中空氣，上升噯出，若遇易吸空氣之嬰兒，可於哺乳數分鐘暫時停止，然後再哺。

B腹瀉

（一）腹瀉的原因　（a）人工飼育，如牛乳乳粉等較之母乳不易消化，又因整備不潔，故易致腹瀉。（b）微生物傳染，如痢疾，霍亂及重心性腹瀉。（c）炎暑氣候，易生腹瀉，由皮膚呼吸排洩的水分過多，使嬰兒胃酸減少，消化不良，微生菌易生，致胃腸失水，乾枯中毒而死。（d）其他傳染病所致腹瀉時，如耳鼻喉炎症肺炎等。



（二）病狀　（a）全體有發燒狀，無精神。（b）大便稀薄，每日十餘次，暑帶臭味。

（三）預防及護理　（a）母乳最利於嬰兒，若不得已而須入工哺乳，應注意預防法。（b）大便中如發現紅色似血，或白色似膿，極須延醫。（c）多飲白開水，靜臥停止，或減少乳量。（d）夏日不使太熱，須置嬰兒於涼爽處。

2.大便秘結

（一）大便秘結的原因　（a）缺少運動與新鮮空氣。（b）習慣不良。（c）其他腸胃病，及發熱各病。

（二）病狀　（a）頭暈或頭痛，腦筋不清。（舌苦重，口出臭味。）

（三）預防及護理　（a）多飲開水。（b）吃蘿油或蜂蜜等物。（c）嬰兒初有大便秘結情形，即須先事預防。但忌服瀉藥，以免養成不能自便的壞習慣。

3.嘔吐　嘔吐所吐出的乳汁，多改變體質，是為疾病起源，須注意。

（一）嘔吐的原因　（a）食物不合宜初生兒者，或所加之白菜開水粥飯，非清潔新鮮者，皆易使小兒嘔吐。（b）消化不良，所食之物，未能消化而存於胃中。（c）大便被寄生蟲閉塞。（b）其他各部之急性重病與腦系疾病，初生兒或因腸胃閉塞而嘔吐。

（二）嘔吐的預防及護理　（a）減少哺乳及飲食次數。（b）一如為傳染病之症狀，速延醫診治。

嬰兒之病症甚多，茲不及備載，以上不過舉其最習見者數種，以供參攷而已。遇有重要病症，當速延醫診治為妙。而平日須注意衛生及預防方法，以免疾病發生。

我國對於嬰兒，向不注意保育，因此嬰兒健康而無疾病者甚少，試就民廿四年上海夏令兒童健康營。於吳淞同濟附中作第一年的試辦，全營共五十九人，體格檢查的結果，計有牙病者四十六人，砂眼患者約三十三人，營養不足者三十一人，扁桃腺病約二十九人，腺病者十三人，貧血二人，心病二人，耳病二人，皮膚病一人，蛔蟲病十一

人，肝臟吸蟲病一人，由此可知我國兒童非常衰弱，僅於五十九人之中，已發現如此多病症，推之於全國兒童，亦可想而知矣。須知兒童爲國家未來之主人翁，其健康與否關係全民族，是不可不注意的。願世之爲父母者當注意兒童之健康，不但生養，且須保育。使我中華民族，不致永負「東亞病夫」之稱號，民族前途與國家地位不致永遠沉淪不振，庶幾不愧爲國之中堅耳。

魚肝油是嬰兒最好的食品　椰葉

許多科學家，嬰兒專家，和衛生學家主張每個成人，每個正在生長中的兒童和每個嬰兒，在可能的範圍內最好每日實行直接日光浴，如不可能時，便用魚肝油或其他含丁種維他命（Vitamin d）的食品來代替。軟骨症在嬰兒的死亡率裡也佔相當的地位，唯一的阻止方法，便是按時施與日光浴和魚肝油。魚肝油對於身體有一種特殊的效力，因爲它十分相似日光中的紫外線。魚肝油中存蓄着豐富的維他命，尤以丁種爲最，在冬季裡它可以代替日光的職務。從記錄和統計報告給我們：許多兒童的疾病和死亡是起始於冬季，由於流行性感冒，枝氣管炎，肺炎，和外感風寒症所得，這些多因缺乏日光或丁種維他命所致。做母親的都願意孩子們長得強壯健康，頭骨不致睡歪，顎骨正確，牙齒健全，胸廓大，腿部直，若要這些條件，必須富有維他命。魚肝油究竟對於嬰兒有何重要呢？一，助生長，供給能力，氣力、體力，忍耐力。二，阻止疾病，如感冒，肺炎，並增加抵抗力。三，阻止並且治療軟骨症。四，防止牙齒腐壞或衰落。在溫帶和熱帶生長的兒童，常在戶外得到日光的紫外線，普通都很健康，因爲日光直射到皮膚上，丁種維他命能在皮膚中生長起來，雖然鈣（石灰質）和燐是建造骨格的，若沒有丁種維他命的輔助，也不能有強壯的骨格，因缺乏它我們的身體便不能利用鈣和燐。

市上所售的各種魚肝油，不是都有相等的價值，有些含維他命較多，因爲新鮮些，或製造得特別好。妳要給嬰兒可靠藥廠所製者，經過實驗確知一茶匙的含量，妳若不確實明瞭，可以去討教名西醫，萬勿自己濫用。

買到好魚肝油如何食用呢？最小的嬰兒，令其仰臥，以手指捏其腮部，用茶匙慢慢傾入，確知其嚥下，方可轉身，否則流出染污衣服，當嬰兒可以坐起時，即不便再躺着食。他若拒絕食用，不要混入菓汁，糖和其他的東西，可以先食魚肝油後食菓汁。如有嘔吐的情形，停止喂魚肝肝油，用直接日光代替，冷季用特製紫外線燈。喂魚肝油可從嬰兒的滿月開始，最初一日兩次，每次數滴，每星期增量少許，六七個月時，每日三次，每次一平茶匙。最好在飯後，過一年改飯前亦可。



姊妹們！要使嬰兒健康，別忘了魚肝油啊！

葷食和素食



小梅

一 緒言

在家庭裡面，飯菜的問題，確是很重要的，主婦們也許要感到天天做菜的困難，因爲我們吃菜，不僅要顧到經濟，並且還要注意到口味和營養。

菜，我們大別之，可分爲二類，就是葷菜和素菜，這是大家知道的，我們在這裏更可以來一個科學的說明：「動物性的食物爲葷，植物性的食物爲素。」

在我國的社會上，常有這種觀念，就是葷貴素賤，有錢的就天天的大魚大肉，沒錢的那麼祇可吃一些青菜豆腐，前者是常引以爲榮，幸福的，被人稱羨的，而後者，則無疑的要被人卑視，以爲窮苦。

葷和素，有的時候也常合作，但不論在那裡，葷總是佔了上位，而素祇能當作陪客，葷常受人歡迎，而素則常被人輕視，這是很普遍的現象。（和尚喜歡吃素，但他們爲的是戒殺，當不能混爲一談。）

其實，葷食和素食，究竟何者有利？這一個問題，倒也很難解決。因爲二者各有利弊，委實不易下一個確切的斷語。

本篇的主旨，就是要介紹一些葷食和素食的利弊常識給本刊讀者，而給主婦們做參考。

二 不肉食者

這裡所說的不肉食者，當然是指不食葷而言，反之，也就是提倡素食者。

不肉食的呼聲，是古今中外都有的，宗教方面戒食葷的，以佛氏爲最早，耐後回，猶太，天主各教，雖不如佛教的奉爲當例，但亦以戒肉爲尙。

不肉食的派別有三，列下：

1. Vegetarian 這一派，以衛生爲主旨，主張不食肉血，而乳，卵則不禁，又酒，茶，咖啡等刺激腦筋的東西，亦在被戒之列。崇拜這派的人最多，歐美哲學家亦多主其說。

2. Vegarian 這一派，是純食植物的，乳和卵也在禁戒之列。

3. Fruitarian 這一派，人最少，他們主張專食果品，不食烹飪過的東西。

前代的哲學家，宗教家，著述家等，也有很多不肉食的，茲列舉數人如下：

1. 帕拉圖（Plato）蘇格拉底的大弟子，希臘哲學家，紀元前四二九年生，享年百歲。

2. 畢達哥拉斯（Pythagoras）希臘哲學家和算學家，生於紀元前五八〇年，卒於紀元前五百年。

3. 歐微德（Ovid）拉丁大詩家，紀元前四三年生。

4. 巴西爾（Paric）拉丁宗教家，生於三二九年。

5. 盧騷（Rousseau）法哲學家及著作家，一七一二年生。

6. 雪萊（Shelley）英大詩家，一七九七年生。

7. 拉馬丁（Lamartine）法大詩家，生於一七九〇年。

8. 米寧來（Michelet）法哲學家，一七九八年生。

上列數氏，都是千古偉人，而

都是不肉食者；因之，更增強了反對肉食者的呼聲，無怪英，美，德，法，瑞，荷諸國，都有素食會的設立了。

三，肉食的害

爲甚麼反對肉食的人，竟有如此的多？這當然有其原因的，我們現且不談什麼戒殺好生，博愛萬物，祇就科學的立場來談一些葷食的缺點。

肉血等品，都是很易腐敗的，往往外表沒有改變，而內質却已起了變化，產生一種毒素叫做屍毒（Ptomaine），這種毒素，人吃了，輕則致病，重的竟能致死，所以很危險；即使毒素的食量，並不十分多，我們吃得也很少，但是對於衞生，也很多妨害。

肉血等品，更易產生尿酸（Uric Acid $C_5 H_4 N_4 O$），尿酸蔓延人體中，往往致病。肢節作痛，溼氣，偏頭痛的患者，大致都是因爲多吃了肉類，受尿酸中毒所致。尿酸是肉精（Purine）的產物，肉類是含肉精最多的，其他植物性的食物，雖然也含有肉精，但含量是很少的罷了。現在把含有肉精的食物，列些在下面：（排列以含量多寡爲序）

1.牛排 2.鷄 3.咖啡
4.猪肉 5.火腿 6.羊肉
7.錫蘭茶 8.豆麵 9.黑麵包
10中國茶 11啤酒 12牛乳

肉類中更含有傳染病菌和混有寄生虫，能致吾人疾病，前者重要的有結核症，脾脫疽和鼻疽，都能由肉類傳染至人體；寄生虫最主要的是旋毛虫和條虫，旋毛虫和有鈎條虫多寄生在猪肉中，無鈎條虫則寄生在牛肉中，假若我們吃肉，沒有把它們充分煮沸，那麼就很易傳染。

四，肉食的優點

雖然肉食有上述的各種缺點，但，也有方法可以避免的，假使衞生的管理嚴密，獸醫的檢驗周到，烹飪合法，食不過多，對於它本身的缺點，是毫無關係的。關係肉食的優點，列舉如下：

肉類是營養的要素，因爲他是我們營養上蛋白質的最好取源，因爲人身是需要着動物的蛋白質的、就生理而論，獸肉的蛋白質比較植物性食物的蛋白質容易消化，並且消化的完全，能完全爲我們身體中的細胞所吸收。肉類的蛋白質，所含的醯基酸（Amino Acids）是比植物蛋白質中所含的醯基酸適合於我們的生理，比較爲有益。

肉類的食品，有百分之九十七可以消化，但，菜類的食品祇有百分之七十八至八十五可以消化。假使人身每天所需要的蛋白質爲一百公分，（合三，二市兩），那麼吃菜的蛋白質要一百二十公分左右才行，而吃肉的蛋白質，一百公分已足夠。

現在再把各種肉類的特點，列一些在下面：

鳥肉（包括鷄肉），味美滋養，易於消化吸收，爲肉類之冠。鳥肉更不如獸肉的易於腐敗，並且極少傳染病毒菌，儘可安心食之。

魚肉消化也佳，是病人老人小兒的理想食品。

牛肉富鐵質，味美，消化也易，嫩牛肉較煮牛肉尤佳。

羊肉有特殊的美味，也很易消化。

猪肉最富脂肪，但消化很難，寄生虫比較也最多。

除掉肉類，其他像動物的肝臟，是貧血者的良好食品，因爲有補血的功效，所以確是貴重的食品。

肉類更含有維他命庚，可預防培拉格病，這種病的特點是皮膚發炎，色素沉着和皮膚變厚，舌和口痛，腹瀉，和某種神經擾亂。

總之，食一些肉是很有益的，過分的多食，是絕對不相宜。

五，素食的利弊

說過了葷食的利害，我們再來談素食的優點和劣點，現在先說植物性食物的特點。

米和麥是我們的主食物，不在本篇範圍之內，所以從畧；這裡所說的植物性食品，是指豆類，蔬菜類和果實類而言。

大抵豆類，都含有蛋白質，尤其是大豆含量最多，並且豆類還含有脂肪，所以營養力很佳，中山先生曾謂：「以黃豆代肉類，爲中國人所發明。西人恒稱，爲素食民族，而此素食民族，很以保持其健康者，黃豆之功爲多。」這是說得很透

激的。

豆腐是黃豆作的，不獨滋養力佳，並且很易消化，所以是我們很好的食品。

蔬菜和果品是我們最好的保護性食物，保護性食物可大別之爲二類，就是維他命（Vitamine）和礦質（無機鹽），保護性食物對於吾人身體的健康，是有密切關係的，不可或缺的，而蔬菜和果品是最富有維他命和礦物質的食物。

蔬菜類更多木纖維，可促腸壁的運動，有通便的功效，所以是便秘者的良藥，反之，凡是少食蔬菜的人，一定比較容易患便秘症。

蔬菜和果品還有各種治病的功效，確是我們安穩的良藥，但因篇幅關係，不能詳談。

上面曾說過不肉食者中有一派名『Fruitarian』的，他們主張僅吃果品，不吃其他的東西，雖然是不能普及實行的，但也可証明果實營養力的偉大；我們且看原始時代的人類，他們也僅食水菓，而能生存，這可以告訴我們果品也是我們的一種重要食品。

果實中含有果酸，可助消化，兼有通便的作用，飯後食之，是最適宜的。

關於素食的缺點，就是蛋白質的缺憾，不獨是量的少，並且質也不佳，下當詳論。

六，乳和卵的價值

不肉食者的「Vegetarism」派，雖然反對肉血等品，但乳和卵卻不在禁戒之列，這一點是很值得我們注意的。

實在乳和卵，確是最寶貴的營養品，因爲它們含的蛋白質量，足可和肉類相匹敵，有時且或過之；不僅如此，它們並且也和蔬菜果品同樣的含有保護性食素——維他命和礦物質。

所以乳和卵是兼肉食和素食兩者之美的。

乳類是最完備的食品，蛋白質，脂肪，炭水化合物，礦物質，維他命都齊備不缺。

乳類的蛋白質，主要的是乾酪質（Casein），這種蛋白質對於吾人最爲需要，因爲它所含的鹽基酸，種類最多，吾們人體所需的六種鹽基酸（Cystine, Tyrosine, Histidine, Lysine, Arginine, Tryptophane）都齊全，所以對於吾人，最爲有益。

乳類中各種礦物質都含有，尤以鈣質含量最多，磷和鉀也豐富；鈣和磷是人體最需要而最易缺乏的，但是乳類，可以供給我們一部份。

乳類中各種維他命也都含有不缺。

動物的乳，最佳的是羊乳；牛乳，驢乳，馬乳次之。

卵類，最佳的當推鷄卵。

鷄卵是和牛乳相仿的，也是很完備的食品。它很容易消化，並且價格也比較的廉。

脂肪是鷄卵中最精華的東西，因爲它含有卵磷脂（來豈丁Lecithin），這種脂肪，對於吾人是最需要的，因爲能補助腦的發育，用腦的人，宜多多進用。

鷄卵中含維他命甲，丁，戊三種最豐，維他命乙也含有，惜缺乏維他命丙。

鷄卵中的礦物質，以磷爲最多，次之爲鈣，鉀，鈉，硫等。

僅以蛋白質而論，那麼鷄卵一枚，它的養分，約合牛肉四十公分（克），或牛乳一杯。

七，葷食和素食對於年齡的關係

這裏再談一些年齡和食物葷素的關係。

幼年的兒童，應當養成他們什麼都吃的習慣，往往有許多兒童，對於食物有好嫌之別，最普通的是厭棄菜蔬，喜歡肉食，這種習慣，是絕對不應該養成的，尤其是富家的兒童。最易犯這種惡習。

幼年的兒童，最好是多吃牛肉，鳥肉，魚，卵，牛乳，野菜和果品，應當適宜分配進食。

到青年期，在十七，八歲至二十二歲左右，是發育完成期 這時應採取肉食，菜食折衷主義。

青春期至老衰期的一個過程中，可以菜食爲主，肉食副之。或竟可廢止肉食。

到六十歲後，就宜採取素食，同時也要勵行少食主義，這是保健唯一的妙法。

總之，在吾人發育期中，應採取肉食菜食折衷混食的理想，從成年期至衰老期，就宜實行菜食，那麼身

體康健，定可預卜。

但實際的社會情形，却適合和上述條件相反；青年子女或因爲家境，或求學中學校中的包飯不合標準，因之陷于營養不足的很多。反之到了老衰期，因爲事業的成就，經濟寬裕，飯菜往往都偏向於肉食，但，這是不需要的，對於身體很有不良影響。若過勞消化機能，往往引起腎臟病，血管病，腦溢血，痛風，胃痛等，所以這種情形確有糾正的必要。

八，結論

在發育期中適宜的肉食，是合理的，應當的；反之，老衰期的人，是必需要提倡素食，因爲動物性的食物，根本對他們不需要並且反爲有害。

素的東西，雖然偏用一些，也並不有害，但肉食千萬不能用得過多，多用了它，一定有不良的影響。

乳和卵是最完備的營養品，它們適合於兒童，病人老者，以及任何人，所以我們最好能多多選取它們。

這篇葷和素的問題，就這樣的將它結束，我想也許可以給主婦們一些小的幫助，或者是參考。雖然分析的不太周密，理論的不太詳盡。

× × × ×

兒童的道德問題

曉農

一

行動是兒童時期的一條重要原理。但是志願的行動，却比通當的行動更加緊要；因爲人類道德的範圍，就是在志願行動的當中。凡沒有志願行動的人，就沒有道德的要素存在他裡面。道德這兩個字是從內部發出來的，不是可以從外面勉強的放進去的。但是行動同道德，究竟有什麼關係呢？就是：無論一種什麼行動，若有堅定的目的在他裡面，那麼這種行動，就帶着一種道德的關係了。凡沒有道德關係的行動，不過受本能和衝動的驅使罷了；因爲在他的行動當中，本來沒有什麼思慮的。所以總括的說來，凡是一種行動，所以能分出道德上的好壞，無非因爲行動當中，有了目的和思慮的原故。凡是一種行動，若照着壞的目的去做，就變成不道德的了；反過來說，凡是一種行動，若照着好的目的去做，就變成道德的行爲了。所以我們讀了這一段的意思，就知道行動同道德是有什麼關係了。

二

道德的問題，對於兒童有密切的關係。人在兒童的時期，正是養成道德智識的時期。大概從八歲到十二歲的時候，這種要求是非常急迫的；到了青春期的末期，道德的感覺就越發銳敏了；這個時候，道德的自治，就更不可少了。因爲人當孩提的時代，理性還沒有十分發達，所以恐懼的心，能夠阻止不做壞事；到了年紀漸漸長大的時候，他就覺得壞的行爲是有痛苦的，好的行爲是衆人所贊成的。所以在這個時候，他就起了一種道德的感覺，就是喜歡做好，不喜歡做壞，同時，他的道德的判斷，也就發生出來了，因爲他能夠辨別什麼是好的，什麼是不好的。

三

一個人如果要有道德的行爲，須要經過一番培養的工夫，所以我們如果要發展道德的行爲，必須先要發展那能治理行爲的才能。這些能自治行爲的才能，大約可分爲三類，現在且把他們寫在下面：

㈠本能的自治，這一種的治理，或者可以說是對於某種行動的一種本來的趨勢，就是與有生俱來的。人們的道德的本能，是很浮動的，而且是很容易變化的；但是他們却能幫助兒童們的高尚理想，而且能夠使他們覺得他們本身的義務；

不過兒童們所應該發生的，是那一種理想；他們所應該覺得的，是那一種義務，都不是道德的本能所能解決的。那麼這個問題，必須那一個來解決呢？就是必得要有經驗來替他們解決。

（二）習慣的自治，這一種的自治，或者可以說是一種自動的趨勢，在起初得着的時候，當然是屬於有意識的，到後來因為多次的習慣，這漸漸成為無意識的了。

（三）抉擇的自治，這一種自治，或者可以說是一種理想，一種標準，或一種成見，就是能明明白白的去支配人生行為的。這一種的自治，要比以上的兩種自治更加有力，因為當那本能和習慣不够應付的時候，抉擇更加有能力了。這種能力最用得着的時候，就是從十六歲到十九歲的幾年當中，因為在這幾年當中，兒童的智力和見解，確是大大的增進了。

四

道德訓育目的，就是要教訓兒童們能够知道，能够生活，能够做好，人的品性是屬於有理性的。種種的德性，必須要建立在我們的系統上，人身的系統，同道德是很有關係的，有時候，人發脾氣，很玩固的，須知在這個時候，他的身體不免有一點缺欠，有許多道德上的缺點，大半由於身體上的缺點。譬如軟弱的肌肉，能够養成軟弱的道德，因為肌肉同感覺，很有連帶的關係，肌肉是意志的發展機關，人身的鎮靜，自治，和感覺，均與強健之肌肉有關，道德上的毅力，他的根源是在感覺上，倘然沒有感覺，兒童就不會奮發起來。

當兒童失了自治的時候，他就要發脾氣了，或者要操縱兒童了，這樣一來，他就要養成了不好的習慣。正當的和好的行為，若是涵養的工夫到了，就能够發生能自治的衝動，能自治的本能，和能自治的感覺。因為道德的良心，總是人人皆有的；但是善惡的分界，必要有人指教，才能够分辨出來。培養道德較好的場所，就是家庭之中。道德上的責任心，是我們所最要的，因為有了這一種的責任心，就能產出道德上的感情。道德的定例不像別的定例，因為道德不能用感情去強迫人們實行的；道德的定例，必須要出於內心的自動，才能支配我們。

兒童到了十六歲以上，他的思想和理性漸漸的發展了，所以在這個時期的理想和信仰，往往和以前不同。兒童到這個時候，很能覺到社交的關係，所以也很留意道德的關係。凡兒童在十六歲以上時，很富於尊敬心與情愛心，這兩種德性能阻擋他們不做壞事，所以做師長的，正應當利用這種德性，來領導兒童們行善。又應當教他們順服的必要，最要緊的，就是無論在什麼時候，我們萬不可用「禁止」的態度去對付兒童，最好要用積極的態度去領導他們。尤當以身做則，替兒童設身處地，那麼他們的得益，必定更加多了。

五

道德的原理，雖然是千頭萬緒，不勝其多的，但是概括的說起來，大概不外乎三類：

（一）是對自己的：能維持自己的尊嚴的。

能對人盡義務的。

（二）是對社會的：能愛人如己的。

能服務於社會的。

（三）是對人類的：覺得自身是一種器官，專以服務道德上的理想。

願意為依理想中的最高事故而犧牲。

以上這幾條原理，雖然很簡單，但其中包括的意思，却是很廣闊的。世界上的種種善德，好話，品格，都不出乎這幾條，所以其餘的瑣屑的話，我們也不必贅述，只要能舉一反三就是了。

六

年長的兒童，他們很需要一種合理的道德基礎；家裡頭的長者，和學校裡的教師，都負着教養的責任，他們應當供給這一種的道德基礎，健全的道德基礎，很能够幫助兒童們的品行，也能够幫助他們的道德思想，所以這一類的要素，是決不可少的。我們看到有許多的兒童們，人格墮落，思想卑汚，考查他們的原因，無非為了環境不良，

道德的思想完全消滅，所以他們心目中的印象，無非是一些汚穢的不道德的舉動罷了。換一句話說，就是他們的心目中，完全沒有道德的基礎，可以做他們的主人，所以就墮落到這個地步了。

現在爲了挽救這個墮轉起見，我們就很注意道德上的訓育，把他的應用方法，簡單的說一說，盼望一般讀者，能够明白他的意思。不過在沒有述說以前，還有一句話要聲明的，就是道德上的訓育，並不是一成不變的，他是隨着兒童的年齡而變換的，現在且把兒童的年齡分做三期，述明道德訓育的應用。

(一)從十二歲到十四歲

清潔 身體要清潔，衣服要清潔，在家裡，在家校，在街上都要清潔。疾病的原因，就是不清潔，所以不清潔，就是一切疾病的主要原因。

禮貌 對人要恭敬而客氣，說話要端莊而文雅，舉止要誠懇而樸實。不要專重虛飾。對衆人不要像沒有思想的。對老年人和婦人要有恭敬的樣子。態度要敏捷，侍人要謙遜。

眞實 說話要眞實，允諾要眞實，辦事亦要眞實。對一切人都要信實，不要與錯誤調和，要克服他。

膽量 說眞話要有胆量。刻苦等待要有胆量，忍耐譏笑要有胆量。行善，服務，以及實行自己的宗旨都要有胆量，當學好的榜樣，拒絕壞的榜樣，不可胆小。

節儉 當知道用錢的方法。銀錢是有益處的，也是有害處的。在小事上要有節儉。用光陰要經濟，用氣力要經濟。禁絕奢華，禁絕浪費，質樸就是節儉的樣子。

秩序 辦事要有秩序，就有系統的價值，安置什物，要有一定的地方，若是用時，就很便當。應當要敏捷，辦事要依時，若是延誤，就沒有秩序了。

堅忍 對於難做的工作，要有堅忍。純熟是從堅忍得來的。比賽遊戲時候，要能堅忍就可轉敗爲勝。養成良好習慣，力求進步，都須要有堅忍。

正誼 應當愛護正誼，對人對己都要有正誼。不可爲輿論犧牲正誼，因爲正誼比輿論更有價值。應當爲人道的正誼奮鬥，不可使正誼埋沒，人道淪亡。

大度 應當赦人的過處，因爲自己有時也有過處。待人要大度，施捨要慷慨，要寬容。要忍耐，不可妒嫉，不可煩惱，因爲妒嫉便不是大度了。

對人 對家庭要盡你的責任，對父母要盡你的孝敬，對親友要盡你的友愛，對同輩的人要有互助的態度，對僕役要有仁愛

(二)從十四歲到十六歲

自重 要當尊重人的特長，自己的言行動靜，要以自重爲標準，但切莫失去了自重的眞義，以致流爲驕傲自大。不可在人面誇耀，應當實事求是，以求得自重之道。

正誼 判斷別人的時候，要秉正誼，凡錯的事要極力去改正。當知法律是秉公義的，人在法律的面前，都是平等的。

工作 工作是尊貴的，也是必要的。要不怕工作，工作必須有系統，必須要作力；好的工作，能够幫助你的體育，智育，和德育。工作不但是高尚的，必要的，而且也能表現出工作者的品性，所以須留意，不要將你的弱點，在工作當中表現出來。

意志 你的意志，不可使他軟弱，應當訓練他使他堅強有力。意志要有智識來幫忙，那麼意志才不致愚昧了。道德上的懶惰，猶豫，和放棄，能够使人退化，所以必須用意志去戰勝他。

遊戲 遊戲和消遣，是人生所必需的，遊戲是帶社會化的，並且能够發達人的身體和腦筋，遊戲的比賽，能够發生友誼的競爭。有團結力的遊戲，更能發展人的德性，所以就更加可貴了。

情誼 人人都有友愛之心，父母與子女之間，兄弟與姊妹之間，親戚與親戚之間，續統都少不了有一種情誼。朋友與朋友之間，也有一種自然的友誼，但是這種友誼，須要用之得當，不可任意濫用，即所謂「擇交」。

節制 醉酒是不應該的，因爲酒於個人身體，道德，事業，都是有害的，就是對於人羣和社會，也往往是有損害的。至於

[illegible]一項，最妙也是不吸煙草。

誠實 在社會生活中，一時也不可缺少信用，故此我們無論對於任何人，都須要有誠實。

良心 個人的良心，和社會的良心，應該同時的發展起來。良心要時常光明。不可有黑黯的瘢點。

人道 人類都有一種個人的義務，就是要幫助一般老年的，少年的，軟弱的，不幸的，和受壓迫的；不但如此，尤應當愛人類的全體，替人類犧牲。

（三）從十六歲到十九歲

家庭 當知家庭之中，有權利，亦有義務。要理會家庭的快樂，也要懂得他的苦腦；更當知道家庭對於隣舍，對於社會，有什麼關係。

清潔 當注重道德的淸潔，言語的淸潔，和行爲的淸潔等。

尊榮 人在允諾，信用，和忠實方面，要靠得住，便不會失去尊榮。在同人家競爭的時候，劇烈比賽的時候，或發怒的時候，都要舉止大方，以保持自己的尊榮。萬不可爲虛榮心所愚弄，這是保持尊榮的第一關鍵。

服務 人有兩種本能，就是自存和互助。人有發展自身的義務，同時也有服務社會的義務。國家必要靠國民的幫助，國民如要自存，亦必靠國家幫助，所以幫助國家，就是間接幫助了自身。

遊戲 消遣品當中，如宴會，跳舞，戲劇等，固然有好多的宜處，但是也有很多的弊害！我們必須要分辨的出來。自然，音樂和藝術二者，是人生可以享受的，決不可輕易的讓他們錯過。

寬容 要尊敬別人的意見，和別人的宗教或信仰，更須尊敬誠懇的敎敎，別人的意見，同我反對的，我們不應蔑視他，而且要細細的考查他，要知道寬容不是放棄，乃是大度。

禁賭 賭博能引起你的妄想和貪心，想要不勞而獲錢財，這種妄念是何等的卑劣呢？賭博能敗壞事業，家庭，和人格，我們何苦要同他作伴呢？

理想 我們對於人生，應當有一個理想的標準，這理想的標準，於我們一生，很有幫助。我們不可以尋常的善，認爲是我們理想中最高的善。我們應該勉力發展社會理想，和道德理想，使我們的人生日臻高尙。

以上所舉的各條，雖很簡畧，但於訓育一端，已經包括的很多了。我們知道人的品格，一半要靠內心，一半也靠習慣的。所以兒童在幼年的時候，我們不但要用道德的訓育去敎他，並且還用用好的法則，去養成他們的習慣。進一步講，我們對於兒童的舉止行動，尤要時時的去觀察，如果他們有良好的行爲，我們必要給他們一種尊榮，一種獎勵，使他們覺得行善是可以稱讚的。反過來說，如果他們有一種不好的行爲，我們必要給他有一種相當的懲戒，使他知道行惡是不應該的。

專治

羊角瘋

本院專治羊角瘋癲癎瘋狂頭痛頭暈失眠半身不遂血壓過高預防腦充血均負責根治備有最新式血壓機檢查血壓不收分文外埠函購藥品加郵費三角

天津法界梨棧大慶里 紫垣診療院 電話三局〇八〇五



兒童為什麼偷竊？

秦沉

偷竊，是小學兒童最常犯的兩種不良行為，我們對於這兩種不良行為的看法和處理，普通不外二種，一種是用道德的規律和法律的立場來評判，兒童如果犯了偷竊或說謊，我們便認為兒童犯了此種過失，若非明知故犯，必是自暴自棄，所以我們遇到這種犯過兒童，常對之疾惡如仇。這種看法的處理，便是一味用責罰和教訓等類方法，強迫兒童改革過失，萬一責罰和教誨等類方法失其效驗，我們便認為此兒不堪造就，校裡容不得這樣害羣之馬，最後的處理，便是退學。

第二種看法，是把兒童偷竊和說謊行為，看得過於輕描淡寫；以為小學裡的兒童，年歲幼稚經驗有限，人我不分，他們是犯了偷竊和說謊，教師也不必大驚小怪，儘可付之自然，等到他們的年歲大了，知識開了，此種行為自然可以改過，「小學生拿人家的東西，不能算做偷竊」，此種避免問題的話，常常可以聽到，所以第二種看法的處理，永遠是避免問題，證之不理。但據現代兒童心理學各種研究的結果，俱謂兒童的心理行為和說謊行為的形成，原因是非常複雜的，要改革這兩種行為，必須先設法找出其原因，然後對症下藥，才能收得效果，反之，假使不問原因，草率從事，則不易收效，由此可知一味盲目的用責罰和教誨等類的方法固難收效，就是第二種永遠避免問題的方法，也是不合法，況且永遠避免問題，兒童的不良習慣一經養成，要改正他，實在是一件難事，因為方法的不當，所以兒童的偷竊行為和說謊行為的處理，便形成了嚴重的問題！

偷竊行為

一，兒童偷竊的原因：

1. 偷竊是一種報復的方法：比如有一個兒童，有時會感到沒有人喜歡自己，同時有許多人也譏笑自己，於是他會為了報復這些人，而去偷竊他的一些東西給予傷她感情並譏笑她的人們一種極粗簡的反應。

2. 偷竊行為可因妒忌而發生：有一些兒童，往往見到自己的朋友着很好的衣服和鞋子，而自己父母都不能這樣供給自己，於是她由妒忌而生偷竊，以為我既不能穿好衣服或好鞋子，現在把美麗的東西偷了，那麼你不能穿了自己也可因此而不感到害羞。

3. 有時偷竊常與性的憂愁有關：有些和性問題有關，因為由於性的衝突，有時發生抑鬱與煩喪，使他覺得沒有價值的事可做，認為即使再多犯一次過失，也不以為意，他不但由偷竊的舉動而得到物質的收穫，並且這種舉動，使他發生興奮，感覺滿意。

4. 以偷竊為達到求得人心的方法：比如說，有一個男小孩，現年十九歲，父母都曾受過高等教育他偷竊家中人的錢，用來買糖果，分給他的朋友，這兒童在智力，社交，和體育上，都不及他驕傲的大哥，常受他大哥的壓制和屈辱，尤其是在體育上，與她同年的兒童相比，均為落後，因此時時為他的伴侶們所輕視，以後他發現，如若能供給伴侶們糖菓等，他即可得到大家的歡迎，於是他便用偷竊來達到這個目的。

5. 偷竊可由於物質的需要而發生：比如說，有予營養不足，發育不全，貧血，但智力很高的兒童，父亡，全家食用，只

靠母親的工資來供給，每天母親不能給他五分錢的點心費，但他不但需要點心，並想設法避免因不吃點心，而受校中伴侶屈辱的苦痛，因此，他便從母親袋中去偷了錢來，買點心，於是同學們便不會再去恥笑他。

6,有時兒童的幻想刺激他的慾望，與志氣，欲模仿他所欽佩之人，因而以偷竊來達到目的：有些兒童時常聽母親述說錢之來源種種痛苦，自己便想，我如果能有錢給母親，那一定會使他快樂的，因此他便設法在別處偷盜來的錢交給母親，而使母親快樂。

7,有時偷竊完全是一種興奮冒險的意思，後復受家庭中不良的訓練，就變成一種習慣：一個七歲的男孩子，父母早亡：寄養他家，這孩也許會因爲無人管束的緣故，偶耳偷竊一次，去買他自己所喜歡的東西，所喜並無人察覺，由此而養成極壞的偷盜行爲。

8,出於自私自利而偷竊：有些兒童爲了嗜好大量的玩具或糖菓，向家長說明，購之甚不易，于是走向偷盜之路。

9,對於金錢存了非常重視的觀念，藉偷盜來廣結伴侶。

10欲避免父母那種不合己意的規勸，藉偷盜花錢爲自由。

11由於自己學業成績不好，藉偷盜以避免教師責罰：在校兒童，往往有功課欠佳者，同時爲了避免先生的處罰而偷盜他人的練習簿，來自己抄用。

12由於家庭環境不好，伴侶不良，而養成偷竊行爲。

13由於好奇心和佔有慾過分的發展，而偷盜。

14由於父母對兒童態度不當，而引起者。

二，偷竊行爲的防止及矯正。

上述十四種偷竊的事實與原因，只不過是舉例性質，實際決不止這些，但從這十四個例子中，我們已足看出，兒童偷竊行爲的原因，故我們對於犯偷竊的兒童，切不可以成人社會的道德規律，或法律眼光來評判他，更不可相信意志自由的假定，對他抱一種消極和厭惡的態度。須知兒童的智力愈高，經驗愈爲豐富，如犯了偷竊，則愈使教師難於處理，這不是他冥頑不靈，實因他過於聰明精幹於緣故、所以我們對付兒童的偷盜行爲，應用冷靜的頭腦和客觀的方法，切不可草率從事，現在把對付兒童偷竊法的我見，寫一點在下面。

1,兒童偷竊行爲的防止，所謂防止，便是事先去設法，使兒童不發生偷竊的行爲，我們知道，欲矯正一種不良的舊習慣，實比養成一種新的好習慣還困難，所以對於兒童的偷竊，如能防止得法，收效實勝於矯正，防止的方法，應在平時不知不覺中，養成兒童物各有主的觀念，對其加以良好的訓練，如「我拾到別人東西想法送還他」「我沒有得到允許不動別人的東西」—等，對他詳爲闡述，並隨時隨地鼓勵他去實踐，對於每個兒童的個性教師要詳加調查，如果發現，某學生，某門功課功績欠佳某生的家庭不能供給子女充分的學用品，某生的家庭教育，缺少物品所有權的觀念的培養，某生在一班中，佔有不利的社會地位，或者是某一學生，校外，若不良的伴侶……等，凡有使兒童犯偷竊行爲可能性的一切因素，教師俱應事先設法排除，使兒童沒有發生偷竊行爲的動機。此外，學校方面須養成生產節儉的風尚，並積極獎勵拾遺不昧的兒童，這樣是可以收到宏效的。

2,兒童偷竊行爲的矯治，所謂矯治，其對象當然是一般已犯偷竊的兒童，改革兒童偷東西的習慣有人主張用下面五個方法。

第一步先給他講解明白，偷東西行爲的不對和可恥。

第二步利用他偷東西的佔有性給以「脫胎換骨的方法」所謂「脫胎換骨」就是仍然利用他的佔有性，鼓勵他在遊藝上和作業上，佔有優越的地位。

第三步給他一種苦惱之感，以打破他偷竊的念頭。

第四步調查他的家庭狀況，學校和家庭共同研究設法糾正。

第五步剝奪他參與各項作業和遊戲的權利。

用這種分步的方法，來改革兒童偷竊的習慣，當然是一種好辦法，不過我們仔細研究上面所舉的

十四個偷竊的例子，知道各個兒童犯偷竊的原因是不同的，所以矯治的方法，亦應根據原因，對症下藥，才能收到最大的效果，所以又有人以爲矯正兒童偷竊的有效方法又可以分三步，第一步是偵察兒童偷竊的行爲，第二步是訪察他偷竊的原因，第三步是根據原因，設法矯治，茲將各步的進行大要，分述如次。

第一步偵察偷竊行爲的工作，就一般情形來說，年級愈低，年歲愈小，則愈爲容易。因爲在這個時期的兒童，經驗淺陋，見聞不廣，對於偷竊行爲的兒童要性，尙未深知，所以即便是有抵賴偷竊的行爲，也比較拙笨，稍事察究，便可水落石出，案情大白，反之，如年歲較大，年級較高的兒童，一旦犯了偷竊，便不容易偵察，對付這種兒童，教師在詢問他以前，應先明白他的個性，然後再根據其個性，選用婉轉，寬慈，鼓勵，責罵或其他的方法來對付他，務使他承認而後已，此外還可以用自由聯想法，即教師事前準備許多問話，有的與偷竊行爲有關，有的完全是無關緊要的空話，看這兒童對各種問話的反應怎麼樣，便可斷定他是否犯過偷竊行爲。

第二步偵察偷竊的原因，應不譚詳盡，務求能够，到偷竊的眞正原因，偵斷的方法有下列二種：（一）靜室談話：就是在極靜的房間中，用談話詢問的方式，探求兒童犯偷竊的原因，談話時教師要注意自己的態度，始終保持和愛，親正，並要多方利用兒童好勝和自遜的心理，激發兒童把犯偷竊的原因，或坦白的承認出來，或閃爍的暗示給教師，（二）調查訪問：調查包括調查兒童的智力，學力，同伴，社會環境，學校生活及情緒生活，訪問家庭，凡是兒童在家的生活情形，教養方法，和兄弟姊妹僕役等人相處的情形，以及家庭的教育程度，家庭的經濟狀況等，都須注意。

第三步設法矯治，方法應根據原因來選擇，如果偷竊的原因是因爲兒童的不能適應學校生活便須改變他的學校生活，以適應其個性，如果偷竊行爲的改革，必須聯絡家庭，與學校共同進行，兒童的偷竊行爲，經第一次矯治以後，教師要隨時注意觀察他的行動，俾免再有第二次的偷竊行爲發生。

義盛成百貨店
前外瓜子店街電話分局二六二零

支店
恆隆百貨花邊莊
前外大蔣家胡同西口
電話分局三六一號

舉行夏季大決賽
新到大批
人人必備
居住證用
化學夾子
剎虫藥水
滅蚊煙香
眞正仁龍丹
零整批發

藥質
香妃霜
西洋原料　科學方法　物美價廉
專門技師　精工製造　全國馳名
用過的人人說好　買過的個個歡迎
×全國各地大百貨舖店均有代售×



南洋的婦女與家庭

波

南洋羣島的農村，除菲律濱以外，大都完全舊式的。惟因熱帶植物的繁殖，所以各島的農村風景極爲優美，各埠的土人風格大畧相同，竹籬茅舍，質樸不華，花草叢生，春光常在。

即以馬來半島(Federated Malay States)雪蘭莪(Selangor)之吉隆坡(Kuala Lumpur)埠而論，那裡的農人家庭，怪有趣的，合十數家爲一村，村的周圍，遍植椰樹修竹，椰高竹偉，比溫帶的松柏杉槐茂盛得多，婆娑的密葉，杈椏的枝節，不但成爲天然的關闔，也就是捍禦毒蛇猛獸的防線。

這些南洋土人的住宅是用『阿答』(Ardap)蓋頂，阿塔等於中國內地的蘆柴，屋簷低下，合於熱帶氣候，但是裡面汚垢不潔，外來的旅客不便進屋參觀，據『老南洋』——久居馬來的華僑——對我說，進屋去恐有危險，當然潔身自好的女孩子何必到那些土人屋子裏去串門子，觀察全村的景物，就足夠增加識見的了。

上等的馬來人家，就完全不同，先有寬闊的道路，再有幾家合資修築的『甘光』，——即街巷馬路，馬來語謂之曰(Kampong)——裡面必要花草，彷彿庭院，然後帶有寬闊的走廊，裡面才是客廳，窗簾書架，裝飾得十分雅緻美麗，牆壁塗以彩色石灰粉，鈐以玻璃，五色斑斕，窮極奢侈，再進去是臥室，再進去是沖涼房——即冷水浴室，南洋人生活的必需就是沖涼，馬來土語謂之『曼蒂』(Mandi)，無論男女老幼，日必沖涼數次，不沖涼便要生病——再進去是厠所等等。

這些上等馬來人家，我曾升堂入室加以調查，大概都是如此的，這是中上等的尋常人家，不是很富有。

華僑的普通家庭也差不多是那樣。惟巨富的便不同，有的是完全歐化的別墅，內部佈置，卻擺滿了假古董，懸掛着冒充的名人字畫，此外什麼珊瑚樹，大貝殼，排列滿檯，而其主人的風度，卻短衣赤足，和平常的勞工一般。有的大富之家的住宅，卻爲中國古代建築，門前石獅，院中旗杆，『奉政大夫』的匾額，『加官進爵』的門對，神茶鬱壘的塑像，天下太平的春聯，種種景像，不一而作，現代國內所難發見的，卻在南洋羣島的埠外，時常可以遇見。

南洋居民，都有早起遲眠的習慣。每天出太陽的時間又比溫帶爲早，晨曦甫出，披衣起床，躡着檀椰葉的拖鞋，即去沖涼，浴後飲咖啡，就去作工，十一時後，即進午膳，此時熱度大增，總在八十五度以上，大汗淋漓，腦昏欲裂，就去午睡，午睡是南洋生活中必需的修養，其作用和早晚沖涼一樣的緊要。所以在每天中午的時候，人人匿處室內，以避炎威。夕陽甫斜，則沐浴更衣，飲涼茶，進冷食，出外散步，踏月聯歡，熙攘深宵。所以像我初到南洋的人，所居的場所又是繁盛都市，頗感每晚不能入夢之苦。這樣早起遲眠的習慣，並非出於勤勞的良風，實在是天然氣候所驅使的關係。

這是大概的南洋家庭情形，歐西白人僑寓於南洋的家庭生活，也有些雷同，但是驕奢淫佚，另外造成他們的世外桃源。

至於談到南洋婦女生活，須將華僑婦女，土著婦女，與歐僑婦女，分別言之。

（甲）華僑婦女—僑居南洋羣島的我國女同胞，大多數是原籍閩廣，僑寓多年，就有所謂『土生華僑』。僑生婦女名曰『娘惹』（Nonja）能幹者多，其僑生於馬來半島的，幾乎和土著婦女一樣，所以她們的裝束和習性，就與馬來人完全同化，大半也只會說馬來話了。她們日常生活的衣服，上身穿白色對襟短衣，彷彿國內男子便服的馬褂，有的淡顏色小花紋的，四周圍和袖口鑲白色紗邊。這種上衣，她們大半隨便，不大注意，她們最注意的是下身的花裙。花裙土名『紗籠』（Salon）又名『峇澤』（Batek）南洋各島土人通用的下裳。原料本爲一幅白布，上面印畫橙黃藍紫各種顏色的花紋圖案，頗爲美麗。紗籠的花紋有由華僑婦女用手工畫成的，其顏色公認爲最美麗的是以南洋特產的黃草及紅土染成的赭橙兩色，圖畫複雜，繪工繁瑣，最高等的紗籠一襲，價約三四百元。價廉的花裙，乃用印工的，貧家婦女都喜服用。凡旅居南洋的歐亞婦女，燕居之際，也很愛用紗籠，因爲輕便涼爽，適合熱帶氣候的需要。裙子是這樣的講究，那麼她們的鞋襪是怎麼樣呢？大概都是赤足露腿的，不過脚上卻戴有金釧。臉上亦喜敷粉，塗脂，畫眉，頭頂上有一髮髻，裝有一種首飾，名爲『三條帶』上綴金銅鑽石許多顆，頸上，胸前，手腕，耳珠，也都要裝飾着鑽石和金飾，真是耀眼照人。還有時她們兼用紙花，絹花，綢花，鮮花，裝滿一頭，那就是她們的盛裝艷服了。

僑居未久而來自廣東的華僑婦女，就不穿紗籠但穿短衫袴，也是赤足露腿，拖上一雙盤金線花的拖鞋：便上大街或隨意奔跑。

總而言之，南洋婦女，無論貧富，關於裝束上，紗籠最講究，襪子是終年不穿，如有婦女穿了襪子，就要詫爲怪事了。她們的性情，能耐勞苦，勞働操作，習以爲常，割橡樹膠，採椰子果，爲最普通的勞作。去工廠作工的，亦很多，恒在樹膠製造廠，製糖工廠，碾米工廠，煙葉工廠等，每天要做十小時的工作，可獲工資每天約華幣四角至六角之間。在農田勞作的，工役較苦而工資反輕，每天工資至多三角錢。但是她們雖在熱帶氣候炎威之下操勞，然仍舊能夠保持着她們固有的愉快程度。她們又長於撫養子女，一家的兒女雖多，——十餘人或廿餘人不等——均能養育成爲壯丁，幼殤或疾病卻很少的。她們頗知料理家務，但經濟出納則不知籌算，隨有隨用，大半花於購置紗籠。對於她們的食物是很不講究的，但喜歡看電影和加入土風跳舞場。我曾參觀過樹膠工場和農場，每見她們在工作勞苦之際，口中就哼唱着馬來土風的情歌，以解其疲勞，卻也怡然自樂！

（乙）土著婦女——南洋群島土著婦女其最著名的，有幾項種族，在馬來半島的有以下1.2.3.三種，在荷屬的有4.5.兩種：

1.內革重吐婦女 Negritos
2.日幹婦女 Iokun
3.沙蓋婦女 Sakai
4.泰雅克婦女 Dyak
5.巴布亞婦女 Bapuas

有的野性未除，初具人形，有的已多進化供文明種族的驅使，純良氣質，服從心特別堅强，且感情極富，奉命維謹，雖任何淩暴，亦均所樂從，即使加以無禮，而『沙耶』之聲嗷然以應，『Saja』乃最恭敬的諾辭，此中情景，誠令人不忍卒述。

南洋土著婦女，頗能操負販的事業，每於市街陳列小攤，售賣鮮果，蔬菜，禽魚等物，居然能有條不紊。也能操作女工藝，如製紗籠編織手工，織帽編席，是其大宗。

土著婦女的服裝，大半裸體，也有上裸下裳，頭戴帽耳穿環的，那就要算貴族式的服飾了。其餘或僅繫寸縷，或滿身刺繡，或以熱帶野生花草纏於腰肢，或鼻孔貫骨耳孔塞木，或弄刀槍殺人捕獸，或建築樹枝茅屋以居，或長處山洞土穴剝食同種年老男人，或鹿逐壯男歌舞歡敘，或嚎哭禳災於祭師神祇的面前，或與其他婦女嘻笑怒罵尋仇毆打，或懸掛血肉模糊的人頭於樓室以爲快樂美觀，或在野外練習吹矢擲箭以狩獵爲生活，種種不近人情之舉，不一而作。

她們的食品則粗惡非凡，最開化的食還雜碎米飯，雜以辛辣的香料，和油煎椰子鬆，腐蝦臭魚，用手嘬之而塞於口；其次以鳥獸之肉

野人烤食，口嚼檳榔滲以石灰汁，又咀嚼生煙絲，津津有味，吐沫如血；再次則龜蛇之肉亦能生食。

馬來婦女能做一種上等餚饌，名叫「沙爹」Sati，就是炙肉或燻魚的總名，其法是把肉類切塊或片，貫以竹籤，塗以豆鼓在火上燻熟，再調和花生漿，辣椒醬，加厘葱，蒜等辛烈之品，食之味頗不惡，但食後口臭甚烈，所以必須再飲濃厚咖啡。咖啡在南洋出產甚豐，土人嗜之成癮，婦女輩又豈能例外。

也有一種土著婦女彷彿中國內地婦女一般，穿小背心，藉以束乳的，貼緊胸際，外罩開襟短衫，下纏紗籠，赤腿露足，惟肩上還要橫披一條長巾，名曰「雪浪籃」「Slandang」的，但究屬少數，其上身不着一縷，亦不戴帽，而招搖過市的，是很多的，決不以爲怪。

（丙）歐僑婦女——南洋的歐僑婦女不很多，大概亦只有英，荷，法，她們另有特殊生活，建築精緻，汽車馳驛，中人以下作工的亦不多，均係豪富之家，移居南洋認爲退休之所，終其身於世外桃源。另有歐人來設之電影院，飲冰座，跳舞場等。故徜徉於其間的，無非是「神仙眷屬」。

怎樣控制您的睡眠

秋，是個失眠的季節。

長夜漫漫，思潮起伏，眼巴巴地望着帳頂，天花板，幻想着空中樓閣，或茫無邊際的問題，突然地，時鐘敲了一點，二點，三點……，可是兩眼總是毫無倦意，自己明知第二天要辦事，當然要養足精神，可是你意識到這點嗎，快快入睡吧，你會摧迫自己，然而思潮不知爲什麼，老是在腦海弄不清，「不想它，快點入夢」，再來一次摧迫，但也沒有什麼效果，一瞬兒，不期而又是胡思亂想，焦急嗎，或許你會暴躁起來，而睡覺似乎怕了你，思潮於是越拉越長，到第二天，眼紅紅的，精神頹喪，自己也懷疑到患失眠病了。

朋友，您嘗過這種滋味嗎，「呀，不錯，該怎樣除掉這種毛病」，對了，您也吃過這個苦，可不是嗎，躺在床上，誰也愛想想未來的，或者自己喜歡的事兒，因此您的神經受了刺激，頭腦因爲思想的緣故，愈覺清醒，眼睛也因受了影響而不覺困倦了。

「該怎麼辦」您不必心急，既然明白了不能入睡的緣故，那末，第一條藥單是，「不要多思想」，但是，「沒法壓制，那又怎麼辦」，那也很容易解決，不必担愁，下面就是貢獻給您的方法，對於適合你的，不妨一試。

肌肉放弛法，在您臨睡的時候，你喜歡看書嗎，這個很好，許多人都愛看書道睡，然而有時是提神的，所以有些人不能靠這個入睡，或者看了多頁的書，依然請不到睡神，如此您可以行這個方法了，不錯的，這時您的肌肉正緊張着，若不是的話，您又怎能看書呢，你看看您底前臂肌肉不是緊張嗎，好，現在請你把手臂放下，同時下意識地將肌肉放弛，您底腿，脚，軀幹，一切的肌肉都要這樣做，平心靜氣地只管保持着鬆弛狀態，您精神因爲集中在這點上，腦海當然不會生雜念，於是在不知不覺中，你跑入睡鄉了。

幻想黑白法——這是轉移您心境的方法，在您底想像中，先安排了一個黑色的物體，如黑白石枚，黑色的牆等，總之是黑色的便得，然後隨您的意思，畫一個白圓圈也好，白點也好，甚至白色的字也好，在這個地盤中，聚精會神地，把白色的東西消滅了，又重復再做過來，翻來復去地做着，您底思想，心境因之轉移了，待您覺得疲倦的時候，您便入睡。

慈母手中線

友竹

「唉—今年的天氣怎麼冷得這樣早？……」希敏的母親坐在窗前，正替希敏縫衣，自言自語着。

已經是深秋了，窗外的楓葉由綠色變爲淡紅色，經了霜轉成血紅色。在一陣陣的西北風裡，一片片的紅葉便離別了樹枝，飄，飄，飄，飄到地上。許多落葉在地上被風吹着，發出一種怪寂寞而淒涼的聲音—「沙，沙，沙—」

希敏是個獨養兒子，母親當然特別疼愛他。天氣冷了，母親最關心的一件事，就是早些把棉衣縫好，免得孩兒凍壞了身體。

一針，一針，希敏的母親用心的縫。縫好了衣袖，再縫領 。 生怕 縫的綫不牢。把線縫的特別密。

「敏兒今晚放學回來，看見新衣，一定喜歡得很！」希敏的母親把快做成的衣服細細的看了一看，臉上露出一個微笑，心裡也似乎滋潤了一下。

一陣銳利的西北風吹來，夾着幾片落葉的沙沙聲，突然使希敏的母親，呆呆地想起了自己幼小時候的事情。

還已是三十多年前了，希敏的母親還是個女孩子。那時候女人不大題名字的，希敏的母親是第三個、最小的一個，所以稱做三女女。

一年的秋季，母親替三女女做棉衣母親戴着老光眼鏡，一針一針地縫。辛辛苦苦縫了幾天，縫好了，母親以爲三女女一定很高興。那知三女女嫌長厭短，堅不肯穿；母親勸他，他仍不肯，却把新棉衣扔在地上，大哭大叫。母親很傷心的說了這幾句話：

「三女女，我的乖乖，快快起來穿吧！媽媽年紀老了，將來你再要媽媽縫衣，也不能够了！」

三女女依舊不肯，哭個不住。母親也哭了。

……………………

希敏的母親正想到這裏，聽得鐘聲連敲四下，猛然想起敏兒快放學回家，連忙一針一針地縫。縫了幾針，深深地責備自已那時候不該違拗，使母親傷心。

「唉，媽媽已去世十幾年了！現在再到那兒去看媽媽呢？現在那裏還有媽媽替我縫衣呢？」希敏的母親自言自語，不覺眼淚撲簌簌地落下來。

希敏的母親看看時鐘已快四點半，便加緊把希敏的衣服縫好。

「呀！」的一聲，希敏背着書包，推進門來了。

「乖乖，今天刮了風，身上冷嗎？一趕快來把新棉衣穿穿看。」母親很關心地向希敏說。

「媽媽，你做的衣服太厚了，不是嫌長就是厭短……」希敏走到媽媽身前，看了新的衣服，漲紅着臉說。

「好乖乖，媽媽爲你縫了好幾天，已經辛苦得很。將來媽媽年老了，或者死了，你到那裡去請母親縫衣？」母親傷心地說着，眼淚落在敏兒的新衣上。

希敏看了媽媽落淚，自己的眼睛裡也落下如珠的眼淚；就伏在媽媽的膝上，嗚嗚咽咽的哭了。

一陣陣的西北風，從窗外吹進來，還夾着一二片落葉。

—



蕭恩

柯雷

冬天的大江像一條淡青色綢子，寒日映得西邊江水通紅的。蕭恩正同他女兒桂英打了魚回來，從門裡見到對面寒氣朦朧的大江，由不得歎了一口氣。女兒爲他拍着背，一邊說道：

「爹，怎麼樣了，今天喝了點酒又難過？」

作爹爹的昂起頭來看到女兒天眞的臉子，由不得凄苦地一笑，拉着她的手說道：

「桂英，你知道什麼，天寒水淺，魚不上網，我拿什麼錢去繳魚稅！」

「我們打魚也有好幾年了，難道今年才碰到冬天，以前是怎麼樣過來的？同他們好好兒說幾句，不就結了。」

「同他們好好兒說幾句？難道我們永遠這樣受他們欺負！」

蕭恩說着，眼中射出逼人的光來，全身爲一種不平的憤怒燃燒着，氣得把頭背過去。

女兒看着這樣子，知道爹爹「舊病」又發了，只好强笑着說：

「怎麼會永遠受他們欺負，今天那兩位叔父不是勸爹爹別打魚了，不打魚，還會受什麼氣？」

「不打魚？」爹爹轉過頭來，「我們怎麼吃飯！」

聽到這種刺心的話，女兒半晌說不出話來。眞的，不打魚，怎麼吃飯呢？自己今年十六歲了，這麼小小年紀，已經有四年光陰在這江邊消磨過去，而父親却是有這四年的好幾倍的。母親是憂傷死了，兩個人四隻手打魚，還維持不了兩個肚子別餓。想及這些時，女兒覺得一切皆無聊得很，由于一種生來具有的命運觀念，以爲這樣窮乃是上天註定，沒命投胎到有錢人家去，則一切貧窮困苦自己祇好毅然承担着。但看到父親這樣愁苦樣子，想到這樣正直而有本事的人，連兩頓飯皆維持不了，將鬱鬱地在江邊葬送了自己的生命，想到這裡，突然一股怒氣湧了上來，紅着臉說道？

「爹爹，咱們別打魚了，像二位叔父一樣，到江湖上浪去！」

蕭恩旋風般地轉過頭來，掠愉快的笑在面上閃了出來，那對眼睛亮亮地發光，但不一會又斂了口氣，把頭低下去了。

「爹，難道我們還怕他們嗎？靠着咱們父女這一身本事，百十個人也進不到身來！」

「我怕他們？」蕭恩舉起茶碗使勁地向地下擲去，噹的一聲，全碎了。

女兒半晌說不出話來。暮靄漸漸在江面上濃厚了。

×　　×　　×

第二天一清早，蕭恩就聽到外面有人叫門的聲音，心裏不覺卜通地一下，忙叫女兒隱藏起，一個人開了門出來。

原來是李家的大教師，帶了一大夥打手來武力催討魚稅！

蕭恩看到這般人，臉就由不得紅，手脚癢癢地就想把來飽打一頓洩洩這口鳥氣，但他卻笑道：

「教師爺，早啊，上這兒幹嗎了？」

教師爺轉過頭去望着那般打手笑了笑，又向蕭恩說道：

「蕭老頭子，有你的，裝得像，教師爺是來催討魚稅銀子的！」

「催討魚稅銀子的？」蕭恩笑了起來。「教師爺，魚都沒有，那兒來的魚稅銀子？」

教師爺從鼻孔裡哼了一聲，冷笑道：

「沒有魚，那兒來的魚稅銀子？蕭老頭子，你這話哄別人行，哄我可辦不到。我問你，既然沒有魚，你怎麼吃的飯？」

「我怎麼吃的飯？我難道這飯都不吃，拿銀子去繳魚稅？」

「蕭老頭子，你可要知道，這魚稅銀子乃是太爺所賜，誰敢違抗？」

「違抗了，又怎麼樣？」蕭恩冷笑一聲。「餓着肚子去繳魚稅銀子，天下沒有這個道理。」

「我說蕭老頭子，說話可別太硬，回頭帶到太爺那里，皮肉可要預備得硬硬的！」

「誰敢帶我，就憑你？」蕭恩一股怒氣湧上心來，丁字兒地站着，那逼人的眼光如針樣地刺到教師爺的身上。

「蕭恩，你要講打？不客氣，教師爺今天就要同你比試比試！」說着，忙跳後一步，取了一個開打的姿勢。

「你們的人多我也不怕！」蕭恩笑了起來。

「笑話，就是我一個」！

教師爺說着，便搶了上來。來得好，正被蕭恩接住，輕輕推倒在地上，再起來時，又被蕭恩一脚踢倒，接着便是拳足齊下，打了一個痛快。教師爺躺在地上像豬一樣地叫，像奴才一樣地告饒。那般打手早看得呆了，指不敢上前去，現在看着教師爺這樣狼狽情形，卻忍不住笑了起來。桂英在裡面聽到聲音，忙拿着挑水扁担跑了出來，那些打手們只一嚇，便一溜烟跑了。教師爺屁股上又挨了一下，回頭看了看桂英，蹩着脚跟在後邊跑了。

「原來是這麼一般不中用的東西！」

蕭恩看着大江笑了起來。

×　　×　　×

第二天，教師爺又來了，並沒帶打手，身後卻隨着一個文雅的先生，態度也沒有昨天那麼硬，柔馴得像一匹兎子，常常用手去摸屁股上傷痕，抬着頭向四處望。桂英打開門看見是他，一轉身便跑進去了。蕭恩正想攔他，瞥然看見後面那位先生笑嘻嘻地走過來說：

「蕭大爺，昨天教師爺冒犯了您，很對不起。我們太爺叫我帶着教師爺過來，一來是陪罪，二來有點事要跟您商量。」

說着，更走近來，顯然是想進去的樣子，蕭恩有點納悶，摸不着他的來意是什麼，但看着人家這樣一味和氣，也不好再阻攔，就閃開一條路，讓他兩個人進去了。

到了堂屋裡，蕭恩也不講究客人來時必須奉茶那種習慣，坐在對面，瞪大眼睛看着這兩位客人。

「我們太爺叫我過來說，蕭大爺沒有銀子也無妨，有話好好商量。」

這先生說了，蕭恩不由地納悶：「這厮說的是那里話，且由他，看他再說的什麼。」

「我說蕭大爺，」那先生看了看蕭恩，卻一時說不出來。」

「什麼？」

「我說，蕭大爺，我們公子

天到江邊遊玩，得見府上的小姐，說是長得十分標致，由我們太爺做主，今天特意叫小的過來向大爺提親呢。」

「提親？」蕭恩臉上由不得一紅，冷笑道。「對不起，有人家了。」

「不知是那一家，還像我們太爺家裡那樣家貲萬貫有權有勢嗎？太爺說，大爺一答應，兩邊就是親戚了，什麼事都可商量，大爺若高興，還可以隨小姐一塊到府裡去住，用不着再在江下幹這種清苦買賣。蕭大爺，您要好好地想一想！」

蕭恩突然跳了起來，一脚把凳子踢倒，指着罵道：

「你回去告訴，說是蕭家的女兒即使沒有人家，也不能嫁到你們那些狗男女家裡去，要怎麼就怎麼，老子姓蕭的不怕！」

「蕭老頭子，你怎麼這樣蠻不講理！」教師爺說。但是蕭恩的手還沒抬起，他又忙躲到那先生後面去了。

那先生忙上前攔住，拉着教師爺一面往外走，一面說道：

「蕭恩，你別講打，仔細着縣太爺傳你！」

蕭恩正想追出去，桂英不知什麼時候出來的，突然伸出手把爹爹拉住，急促地說：

「爹爹，跟這般人一般見識怎地，由他們去吧！」

蕭恩掙扎着，指着外面罵道：

「你媽的，什麼東西，老子看你怎麼樣！」

× × ×

半圓的月亮射在寒冷的江面上，兩岸景物皆在朦朧的霧裏沉默着，蕭恩由江邊用着困難的步伐蹣亍着歸向家裏去。桂英忙把他扶到床上，急促地說：

「爹爹，爹爹，怎麼樣了？」

蕭恩一翻身坐了起來，拉着桂英的手，苦痛地說道：

「桂英，反了！我到了縣裡，不問情由，不講道理，就是一頓毒打！……」

說到這裡，眉毛一皺，咬着牙，緊閉着眼睛，向側一倒，呻吟道：

「好痛啊！」

桂英忙端燈去看，只見褲子上紅紅地兩大塊，連褥單皆染濕了，心裡一酸痛，忍不住掉下淚來。

「你們這些混蛋，爹爹與你們有什麼仇恨，打得他這樣苦呀！」桂英又是恨，又是氣，咬着牙，指着外面罵道。

「我要殺他的全家」！

蕭恩突然跳了起來，桂英嚇了一跳，忙上前拉住，嗚咽着急促地說：

「爹爹，您上那兒去，殺人可要抵命的！」

「抵命？這些傢伙是該殺的，你孩子家知道什麼！」

說着，便掙扎着要往外跑，桂英死死拉着，顫聲地說：

「好，爹爹既然要去，那麼我也跟着去！」

蕭恩旋風般地轉過頭來，執着她的手，喘着氣凄苦地笑道：

「你有這樣胆量？」

「是的，我有這樣胆量，」桂英眉毛一揚，挺起胸脯說。「我跟爹爹學了這幾年武藝，幾十個人也奈何我不得。」

「好，拿我和你的刀來！」

桂英把刀拿來，藏在衣下，便隨了蕭恩走出門去。沒幾步，桂英轉回頭去看看家門，突然拉着蕭恩的衣袖道：

「爹爹，我們眞去殺人嗎，門都還沒有關呢。」

蕭恩心裡一動，淚如泉湧：

「唉，家都不要了，還關的什麼門！你放大胆子，走吧！」

桂英更低低地嗚咽起來。兩個人皆流着淚，踏着荒凉無語的道路走向江邊去。快到江邊時，爹爹又站住了。

「桂英，慶頂珠可曾帶好了？」

「帶好了。」

「這回過江，倘有不測，你就投奔花家去吧！」

「爹爹你呢？！」桂英昂着頭，用那對天眞的眼睛憂傷地望着父親。

「我嗎？你就不用管了！」

蕭恩嗚咽地說，幾乎辨不出聲來。然而不一會，突然挺了挺胸脯，「掉頭，」拉着桂英向江邊跑去了。

在波平如鏡，霧氣朦朧的江面上，一隻小船如箭般地向對岸衝了過去。

—改作自舊劇「打魚殺家」。

太液亭畔

（二）

王隱村

「英，你很喜歡彥吧！」這時榮和英對坐在校園的假山石上。榮誠懇的說着，隨即移動身子，坐在英的旁邊。

「你呢？」英緊拉着榮的手，茫然的說了這麼兩個字。

榮再沒有說什麼，只微微地笑了一笑，迷惘的拾起一塊小石子擲開，咕咚一聲，落到湖中去了。平靜的湖面，便起了一圈一圈的波動。

「我喜歡他，但是絕不……不愛他！」五年來的創痛，又爬上她的心頭。所以這時的聲調覺得十分悲涼。「不過，英！你要知道戀愛是青年所應享的權利！」說着把頭斜倚在英的肩上。

「榮！你近幾個月來，似乎是另外變做一個人了！」英撫摩着榮的手。

「不！只是我的意志鍛鍊得更堅强了！」

當時英不知爲什麼覺得榮忽然偉大起來，不但在年齡上比她大了幾歲，甚至還具有一副高潔的品格，她眞的不愛彥嗎？還有一點令人不敢相信；可是看她剛才堅決的表示，絕不會是虛僞的造作。這究竟爲什麼呢？

「英！你還記得那天我們到太液亭去玩嗎？」

「是的！還有彥！這是我一生都不能忘懷的！」

「不知爲什麼我還想再去一次。」榮沉思着。

「時光過去眞快，我們去太液亭時還是冰天雪地，曾幾何日，又到了十里荷香的夏天了！眞的，我們去坐船玩玩也有意思呢！」

第二天清晨，下了一陣急雨，把天空洗滌得蔚藍可愛。午後的陽光斜射在湖面上，荷葉被風吹着，懶洋洋擺弄着腰肢，一種清香不時隨風飄散着。樹叢裡的蟬聲，也正叫得起勁。

「划呀！」這是彥的聲音，他正努力撥着水。

「花啦！」一聲，使過了勁，槳跳出水面，濺了榮一臉水。

榮今天特別高興，一面弄着槳，一面採了一片荷葉，蓋在頭上說：

「你看我像漁翁不？」

「不像！我看到像個漁婆！」英笑着。

榮正要伸手去拉英的頭髮，遂忽然嚷了起來。原來船已進到水藻裡面，划不動了。

「合衷共濟，來，用勁划呀」荷梗磨擦着船身發出沙沙的聲響。好容易划到太液亭畔。

「彥！」榮很自然的叫着，「你扶我上去吧！」

彥這時站在台階上邊，等她倆都上來以後，便把船繫在一傍。

太液亭在中南海最後的角落裡，平常來玩的人很少，所以特別覺得寂靜。他們坐在亭子中間，四面吹來的荷風，凉爽得使人頓時有世外之感。

「人間到處都有仙境，可惜那些沉醉在繁華場中的人們，沒福領略罷了！」榮說，好像正在想什麼問題一般。

「榮！你說的還不透澈！這些人有什麼可惜，荒淫無恥，簡直可惡，可殺！」彥又發着牢騷。

「彥！人都說你的思想有些變了，有時候像一隻猛獸一樣，讓人害怕！」英說。

「也許，因爲我對于他們的病症，用力鞭打着，不肯放鬆吧！要是沒有人罵我的時候，大概男女間的關係便會合理化了。」

「你看那朵荷花，被風一吹，花瓣兒都搖落下來了！眞是盛年不長！」榮說。

「你看那些浮萍」，彥撐着說：「被風吹着忽然聚在一起，忽然又分散開了，你定會有離合無定之感吧！那算什麼？花片謝了，牠會生出種子，再傳播更好更多的新生命哩！」

「可是浮萍散開了呢？」榮有意無意的說。

「那不更可以再建設新的生活了嗎？」

榮默然了。

「你聽！這蟬聲叫的人多煩。還有人替牠作詩，眞不知什麼道理。」英站了起來，伸了個懶腰。

太陽漸漸的沉下去了，水面上罩滿了樹林的蔭影，悠揚的鐘聲，從萬善殿送來，不禁令人悵惘起來。的確，這時的環境是太寂寥了。

「回去吧！」榮說着站了起來。

彥和英也都有點漠然之感，說不出是欣慰，還是凄涼。

「彥！再扶我一把」榮把右手伸了過去。在這一握手間，彥覺得她非常用力的把他的手搖了一搖。

船拖着沉重的聲息向對岸划過去了。

+ + +

「彥！快點開門！什麼？你還沒有起來嗎？快點！快點！」英急促的聲音，把彥從夢中驚醒，連鞋都沒顧得穿好，便跑出來。

「英！有什麼意外嗎？」彥驚疑的問，一邊開着門。

「榮，她……她走了！」英說着把手裡的信遞給彥。「昨天一下午沒有看見她，我以爲她到那個朋友家裡去了，誰知道……」英眼圈兒一紅，說不下去了。

彥意識到事態變化的急劇，心在胸腔內敲打着，信上的字似乎一個一個的在紙上飛了起來，旋盤着。他用强烈的理智壓抑住他沸沸騰的情感，急促的讀下去。

彥！英！當你們站在一起讀這封信的時候，我已經遠離了這古都了。你們奇怪嗎？不！半年來我就被這件事煩惱着。我時時刻刻和我的感情爭鬥着，糾纏着，而今我總算是如願以償了！

你們會覺着我太神密了吧！其實說起來也很平淡！五年前我在故鄉——呵！可恨的故鄉呵！——因爲爭取婚姻上的自由，受盡了戚友間的非笑，受盡了父母叔嬸們的逼迫，天下還有比母親再疼愛女兒嗎？但最後她竟忍心的限制了我的行動自由，我恨不得拔火燒他們的房子，我恨不得把他們的心拿出來洗洗，幾次我想自殺，但是到底我活下去了。在表面上我暫時讓了步，在意識上我却堅固起來。我能貪圖一點物質上的享受，便把一生的幸福出賣了嗎？我能爲了顧全別人的顏面，把自己前途葬送了嗎？不！絕不！這樣，我便在人們冷酷的譏諷下，磨練着我的意志，你該明白我是多麼需要同情和安慰呵！

一個非常的事變終于把我送到古都！在這裡我認識了你們，我看見了光明，我更得着了人間的同情。雖然古都是這樣暮氣沉沉，沒有活躍的生氣，但在我，那已經是天堂了。

你們還不能明瞭吧！現在我應該毫不隱諱的向你們傾吐出來，你們譏笑我也罷，同情我也罷，甚至輕看我也罷，但是我已經遠在天涯了！

英！在第一次看見你的時候，我便發生了「愛」！在我的心目中，你是多麼高潔，活潑，和天眞。漸漸的我瞭解了你的個性，我認識了你的靈魂，我恨不得一步都不離開你，離開你我便覺得空虛！然而在遇見了彥以後，一種强烈的愛的吸力，幾乎把我的靈魂都吸引過去。我心裡常這樣想：像我這樣一個人，還值得接受別人的愛，還值得再去愛別人嗎？

「爲什麼不？」我總是這樣下意識的答覆着，「戀愛不是青年應享受的權利嗎？」

是的！彥！你那英俊的風姿，倔强的個性，正確的思想，熱烈的情感，沒有一處不吸引着我的，甚至在夢境中我早已和你握過了手，正像那初次在太液亭畔一般！

英！你要非笑我嗎？請你不要！因爲我早已愛了你，所以才引

起了我心中的激戰，——理智和情感的激戰。愛情是犧牲的，我不願意相信，但是，我已經實行了。

英！記否那一天，風微微的吹動湖邊細柳，校園如此清靜，我笑問你愛彥不？天哪！我那時的心境，正像海洋中遭到暴風雨襲擊一般，血液奔流着，心幾乎都要裂開！急促的等待你的回答，我知道你這一開口，我終身的命運就被判決了。當我聽見你說：「你呢？」的時候，沸騰的血，立刻靜止了，命運決定了，在你的面前，我正像被宣告死刑的囚徒！但這一杯苦酒，我終于喝下去了。英！你知道我嘴裡說：「不愛彥」的一剎那間，整個天地都在眼前旋轉，頭一陣發暈，趕快倚在你的肩上。

我本可以勉強把彥奪過來，但是，英！你那高潔的友愛，逼得我不得不放棄這種企圖。在故鄉我已經忍受了五年的苦痛，在這裡我很可以把牠填平，但是，希望終于粉碎了！我憤恨嗎？是的！只是我的意志却鍛鍊得更堅强了。娥皇，女英還不應同去事舜，何況你和我？記否？在太液亭畔我指着那搖落的荷瓣，不禁有飄零之感，彥似乎譏諷的說：「你看那些萍草，被風吹散了以後，不更可以再建設新的生活嗎？」我忽然覺得人生的空虛！心裡空虛得連四圍大氣的壓力都有點禁不住，幾乎要萎縮下去了。但是我的堅强的意志，立刻把牠振作起來。

彥！在最末一次握手的一瞬間，我把年來積壓在心頭的熱情，完全傾瀉出來。你知道麼？這是愛的終結，是新的友誼的開始。在這瞬間以後，你不再是我的了！我現在要向你們坦白的誠認，我曾狂熱的愛着你，但是，那已經是過去的事了！過去的，且讓牠過去吧！

現在，該明白了我為什麼離開古都吧！朋友！請放心，我雖然這樣靜悄悄的走了，但是我絕不會墮落的，我還要為着我的信仰去奮鬥！我要把生命獻給了社會。

我不會再回到白山黑水間去的，因為我憎恨牠；我也不會再回到古都來的，因為牠過于使我留戀；我要到遼遠的地方，播種着新的種子，創造我新的生命！偶然的事變把我們合攏在一起，偶然的命運又把我們推開！但是我絕不承認是屈服于環境的弱者，正相反的，我克服了運命！朋友，請替我祝賀吧！

花兒謝了，蒂兒存着，草兒枯了，根兒潤着，深刻在心中的印象，怎會輕于磨滅？讓友誼化做熱情，永遠伴隨着我，鼓勵着我吧！當你們再站在一起時，榮早已遠在天涯了，能夠陪伴你們的，只留着這一幅小照，請你們珍重吧，朋友！

榮×月×日

彥沒有住聲的把這一封信讀完，深深的吸了一口氣，兩顆澄瀅的淚珠，掛在英的眼眶裡。

「榮！」英叫了一聲，伏在桌上哭了。

彥把榮的小照平靜的放在棹上，熱情趨使着他拿起筆來在上面提了這樣兩行字：

風沙捲了！

可愛可敬的人兒遠了！

＋ ＋ ＋

十年來彥忍受着痛苦，掙扎着，奮鬥着，希望能在這廣漠的人間，播種着幾粒幸福的種子。幾次的絕望，但幾次的受着內在的熱情的震盪，又振作起來，負起自己的重任，莊嚴的工作着。久已不踏進萬善殿了，因為他覺得現在還不是重溫美麗的舊夢的時候。然而特殊的機緣把他帶到了太液亭畔，朋友們半日的清談，給他無限的愉快，但心靈深處，却浮出輕微的悲涼。「衰柳幾聲蟬，依稀似往年」——而榮呢？

（續完）

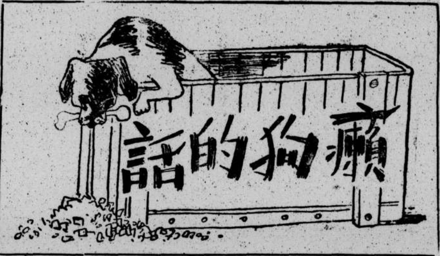
虫子藥糖

每付三毛治男婦老幼肚內虫病服用簡單又消食水

回春堂出品

總售處連閣如廣告社

代售處東四北兩益富三益恒後門父子藥房新街口祥順成花市廣泰茶莊缸瓦市大同藥房勸業場天和堂



癩狗的話

·魯文·

我現在成爲一條醜陋髒汚的癩皮狗了！每當黃昏的時候，你們往往可以看見我馱了一背夕陽，夾着一根羞辱的尾巴，拖了一條懶惰的影子，從垃圾桶裏啣了一根肉骨頭，偷偷地溜過街，隨便在什麼骯髒的地方躺下來，盡情地享受我的晚餐。

我說「現在」，自然是告訴你們我原先不是這樣的。

說來也傷心！誰想到我那一身細密的軟毛，光潔得如漆，細膩得似一條精緻的上等呢毯，竟會變成現在這付可憐形象哩？

怪我懶麼？寃！我原是條最不知懶爲何物的整潔動物。然而生活使我倦怠了！世情使我灰心了！我不懶又怎樣呢？我喜歡懶，安於懶。我終日地吃了睡，睡了再吃。

你們瞧不起我吧！是的！我聽見你們之中有的人在說了「這下賤的畜生不愛好！由他去吧！」

下賤？可有人知道我高貴的家世嗎？哈！又有人在罵我「勢利狗」了！我眞不懂你們人類的心理！我們狗何嘗知道勢利，還不是你們自己見了穿得豪華的就彎低了腰，見了襤褸的就把鼻尖掀向青天。我們爲了討好你們起見，就也學着向闊人搖尾巴，望窮人狂吠。（而且我們也 大大地上 了你們的當，你們口口聲聲地說：「人爲萬物之靈」，起先我們也不信，架不住你們天天說，世世說，代代說，我們也就深信而學起樣來了！）眞的，人可勢利狗爲什麼不可勢利哩？

其實我大可不必做這些辯訴，因爲我就根本一天都不曾勢利過。我向人猜吠時並不以人的衣裝做標準，而是以他們眼光中的情緒爲轉移。誰恨我我就咬他，愛我的我也諂媚他。那知這麼辦竟不成！漸漸地人們都以爲我瘋了。本來！狗一旦不勢利，不趨貪權富，還不是瘋了是什麼？

我眞怕聽「瘋狗」那兩個字。祇要有人這麼呼過你一回時，你就等着受用吧！這邊一棍，那邊一脚，而且似乎連叫喚都不能，那祇是遭來更多的凌辱。

不過有時偶爾裝兩回瘋——你們應當相信「瘋」祇是裝着玩的。自己不懂別人時，或者說當別人的思想比自己的前進得太快時，就信口罵人一句瘋癲好了，於是他也回罵你，事實上被罵與罵的雙方往往都祇是爲了戰棠與外交上的理由在不絕裝癡作呆而矣；眞正的瘋癲大約決不會做任何侵害別人的舉動。——也怪好玩的）不論是王侯或走卒，設若是他欺凌得我太甚時，我將在他猝不及防的當兒狠命地不擇

地□給咬上一口，於是我再消消遙遙地走開。我說消消遙遙一點都沒有誇大，試問祇要你狠命咬，他那裡還有能力再追趕你哩？你更不用担心旁人，人是相當□警的東西，誰也不肯再從來你咬一口。此外他們也得顧及那受傷的人，他的痛號無疑是給掩護你退却而發的。

想到這裡，□不禁感到上帝是相當公平的了。他爲什麼賜我們以銳利的牙齒與矯捷的腿哩？要不我們早就滅跡了。

說起上帝我又想起人們的愚蠢了。我不知上帝究竟是什麼形象，但我相信上帝——全能的上帝決不會是如人們所想像的一樣也像他們自己。我深慶幸兒狗類沒有出什麼把偉大的上帝描摹或塑成狗像的靈犬，從這一點說來似乎世上沒有再比人類更愚蠢的生物了！

你們不要以爲我對人類有什麼宿仇，我不絕的對人類謾罵是因爲他們有可謾罵的地方。我對戰爭的解釋並不是如貓見了鼠一樣，不論那一隻貓見了不論那一隻鼠就一味捕殺。我覺得戰爭是善與惡的爭鬥，對與不對的爭鬥，公理與强權的爭鬬。其實我不該用爭鬥兩個字，顯然那是太强調了，以後我□較正吧！

狗類並請別過於高興，我也要與你們談一談「較正」哩。

先讓我回過來□我對人的態度吧！我對人是友善的，在我□始流浪以先我原不是一條野犬。我的主人是個好心腸的人，他給我好的食物與溫暖的住所，說老實話那時的生活的確比現在安適舒服得多，但寄人籬下的氣也够你受的。

因爲人類總是稱過於偏執與豪霸的生物。比方說吧！我們本有我們自己的名字，但他們都偏要用他們的字音來替你取一個怪不順耳的名字。他們踏了你的尾巴反怪你擋了他們的道兒，得了！不講情理的地方多了！說也說不清那麼些，自己想去吧！

你們□來排解說人類豢養了我們呀！是的，但我們也提供了服役，我們看門，送信，報警，寒帶的兄弟們甚至在拖車。我們白吃嗎？不，決不！

我說過我對人類的態度是友善的，我尤其愛我的主人，但他不懂我的愛與敬意，而且過分□犯了我的自由。他終日用口罩將我的嘴套起來，這在夏天是多麼悶熱呀！他們有扇子，我們全仗吐舌頭啊！他又用鍊子套在我的頸上，使得你不能自由奔馳，我更怕女主人了，她身上不知一股什麼怪味兒，我又不愛聞，她拚命把我摟得緊緊地，害我幾乎要悶死，我幾次都□在她白嫩的脖頸上咬一口，終於看主人面子沒有下口。

小主人相當可惡，然而他不懂什麼，我總把他當一個小孩子而原諒了他的一切侮慢。

最可恨是廚子司務了，我到廚房裡去銜一根肉骨或肉皮，他總是狠命用鐵條打我，其實何必哩，吃的又不是他的。何況主人有時吩咐也買些肉與我吃哩。我不同廚子一樣也是家庭中僱傭的一員嗎？他以爲是一個「人」就可以狐假虎威的欺侮我嗎？我不懂！

後來我明白了，原來他把我的那份騙了去自己吃了，又有時他根本把錢扣了起來塞給在隔壁當女僕的情婦了，多卑鄙呀！

有一天我堂堂皇皇地走進廚房去吃東西，我爲什麼要畏縮，要偷偷摸摸哩？我瞧不起他，那知他想用開水澆我，我氣極了，拚命在他腿肚上嚙了一口，他不料我有這麼一着，竟把一壺水都澆翻了，我逃得快，他自己可澆壞了半邊身子，——我得到報復了。

自此我與人類絕了情義，我出奔了！

頭一天起始流浪的生活道是值得追慕的，我獨自跑出了市郊，我在溪邊飲水，我在水裡照見了我美麗的影子，我閑情地抬頭看浮雲，我望月亮做媚眼。

後來我餓了就追捕了一隻野兎吃，但吃完我很懊悔！我同兎子有什麼仇哩？我想到深山裡去，尋找已死的鳥獸屍體來果腹。

不幸被馬戲班的人捉了去。他們教我做各種表演，我很自負我相當聰明，什麼把戲一學就會！於是我又安心了！我意識到我尋獲了一個正當的職業，每天他們喂我許多牛奶，肉等吃，我的舊主人都沒待我這麼好。

糟糕的是同事同我不和，猴子，狼，旁的狗都因我新來而欺凌我。搶我的食物，戲弄我：……

我失望了！我哭了！我憎恨他們爲什麼要如此排斥我哩？大家不同是狡滑人類的奴隸嗎？何必欺侮我哩？不要臉的東西！

我離開了馬戲場連頭也不回。

我想入山去，同狼做夥，我覺得狼不錯利，不欺壓同類，他們會連結起來共同禦侮，却不料在路上遇見一條美麗的母狗，牠愛我，我也愛他。我們倆相好了。我忘了去投奔狼。

謝謝天！我最後竟尋獲了我的歸宿，他的柔情醫愈了我一切的瘡傷，我快樂極了！

然而這快樂祇是如閃電那麼久暫。原來我有了一個新的問題，我得爲我們倆的食物而奔走了，這是一個嚴重的問題，對不？

漸漸她不愛我了。其實她也許仍是那麼愛我，不過她不肯如先前那麼表示罷了，我吻她時她假裝躲開去，我不論求她做一些她也從心底下願意做的事時，她總要假裝她不喜歡，總說是我過分的冀求，總而言之她之一切主動的慾望都得藉被動形態的托詞下來滿足的。——可是我奇怪她爲什麼不表示她不想食物？她若說吃也是我勉強她時到也很幽默的。

我本可捨棄她，狗國裡沒有法律，你不必担心別人控你遺棄，重婚；但我不忍拋下她，我愛她，盲目地愛她。愛情不是交換，她不懂風情不盡是她的瑕疵（普天下的生物都有這傾向，人類的女子更來得顯著）反之我到覺得她對我極忠誠——注意狗普通是行着一種極度的「一妻多夫制」啊！——我守着她。

她快懷孕了！一隻旁的公狗來同我爭奪她。我的氣力大約足够打敗我的情敵而有餘，他實在比我瘦小得多。不過我爲什麼要同他決鬥哩？不會讓她挑選嗎？我愛她，那麼她所愛的一切我也都愛，假若她選擇了他時，我預備走開。

他獲選了！我夾了尾巴離開她我的尾巴自那天起就一直夾在胯下！我沒讓她看見我的眼淚，我愛她呀！

從此我就懶散起來了！（還不如說我一世的孤傲在愛神的足邊屈服了）我不知他現在尙愛她嗎？我不知那幾個孩子她怎麼撫育的？其實狗國裡父親是不用有這些顧慮的，但我不想利用這種特權。在這方面上帝似乎又欠公允了，爲什麼生育，哺乳的責任全都要放在雌性的肩上哩？

我找不着她！後來我也漸漸放棄尋覓她的念頭了。

現在你們會知道我爲什麼會弄成這付寒酸的樣子吧；我懶極了，我不喜歡洗澡，我讓身上去長癩。

我背上鑽滿了狗蝨跳蚤，我甩脫不掉，他們飛開去又飛回來，跳跑了又會跳上來，後來我知道連甩也是多餘的動作。日子多後就更安之若素了！記着不是我原來就不愛好啊！我先前不是這樣的。

可是値得驕傲地就是我的心地一點也沒有髒，我的生活自由！

聚義銀號

歷史悠久　資本雄厚

利息最優　存取便利

地址北京前外珠寶市三十號

電話南局　一五二六　八三四　三八六二　三八六五

「煩燥」

大同

忍耐吧，孩子，
夜已深，
到那兒去尋覓醫生的慈心！

原野上風勢正猛，
爐中殘火閃着幾點紅星，
東天邊還沒染出微明。

暗夜鼾聲遮斷了絕命的求告，
孩子在聲撕力竭的絕叫，
一陣陣叫得人心焦。

雖也曾幾度燃燒，
那火山爆發似的烈火；
然而怎禁得北冰洋上的狂濤！

慈母淚已匯紫潮，
難抑下內心的煩燥；
孩子，請停止你無助的號叫！

夜鷹的怪叫便來不祥豫兆；
壁鐘仍是怠惰的敲，
它忘記有人正在心焦。

阿，忍耐吧！孩子，
夜已深，
到那兒去尋覓醫生的慈心，



野火

曲申

當慾魔纏繞，情感征服了理智的時候，人會恢復原始時代的野蠻，將眞情無遺的暴露出來。

一九四〇年的春季，在X港的海濱上，我曾遇見了一個已經作了兩個小孩子的母親的女人，烏黑的頭髮，含着水珠的媚眼，長圓形帶着微笑的蘋果臉，藕白色的皮膚，都是我平生第一次見到的，她帶着一個不滿五歲的女孩子，閑散的在看着澎湃的海潮，當我在出神的看她的時候，她也正呆呆的在望着我。

媽！回家！女孩子扯着她的衣角，鬧着回家，這聲音打斷了我們的默覩，她領了孩子蹦跚的從我身前走過，我用眼睛直送他們到背影模糊了以後，若不是身後的海潮聲驚醒了我，我幾乎忘了我是立在海濱上的，我恢了對工作的心，我覺到無味，我發現我自己已徘徊在失望中了。

× × ×

經過了一個時期，在一家宴會裡，我又遇見了她，雖然我們的座位離的很遠，但是四隻眼睛却不斷的在訴着心裡的相思，穿起素紅花旗袍的她，愈顯得美麗了，由於朋友的介紹，知道她的名字叫萍，以後我們便常常有機會在海濱，公園，宴會，舞場上碰到，談話，嬉戲，跳舞，海水浴都給了我們接近的機會，無形中我們在內心的深處種下了愛苗，在夕陽墜入海面的黃昏，我們在焦石的旁邊曾熱烈的狂吻。

× × ×

萍是已婚的女子，我感覺到我們的愛是不正當的，是犯罪行為，我不能使她墜入陷井而造成悲慘的結局，我決心離開風景絕佳的X港，我決心犧牲在X港上的一切建設，決心離開可愛的萍。

一天晚上，月亮被烏雲遮住了光芒，我的萍在一條暗黑的路上等我，我想開始向她訴說我的決心，這漆黑的路邊，我有些怕！萍緊握着我的手，身子緊緊的貼着。我們到光亮一些的地方去罷！』

罩着棉布棚的洋車，拉着兩個愛城的罪犯，經過了一暗一明的道路，停在咖啡店『白蘭堂』的門首。

『你去選個僻靜的座位！』進了咖啡店，萍担心着被人發見了這絕[illegible]的秘密，兩杯冷『咖爾比斯』消滅了頭上汗。

『萍！我們長別的日子就在眼前了！』我含着淚告訴這不幸的消息給萍。

『不！你說不！』萍急的出了眼淚。

『我們這樣下去，是會使你墜入罪惡的深淵，使你被社會諷刺，使你被人遺棄的！』我盡力的辯釋

著我走的理由。

『我願意墜入罪惡坑，諷刺就讓她們去諷刺，反正有你在我身旁我是不承認被人遺棄的！』愛情征服了她的理智。

『…………』失迷在愛途上的萍，雖然如是堅決，如是鍾情，但，我知道終是免不掉走上毀滅的道路。

『萍！你不要忘記你…………』

『忘記什麼？』

『你……』

『我甚麼呀！』

『你……你已經是兩個孩子的母親了呵！你我的相逢是太遲了！只有恨我們何不相逢未嫁時，何必非走進了罪城的門而後已呢？我是爲了你，爲了愛你才這樣作啊！』

『罪，你爲什麼總是罪罪的說著，在愛情的至聖上我不承認我有罪！』她忘記了世界上的所謂痛苦。

『萍！可憐的！』

我抱住她，她揚起了蘋果臉，我們狂吻，她的淚流過了我的眉稍。

× × ×

夏日的太陽茫海的盡邊升起，把整個的X港映成金黃色，紅房綠樹，都鍍上了金邊，不但是一副天然色的圖案，簡直是畫筆下描寫出來的天空，岸邊的沙，沙旁的焦石，石上寄生着的海螺，處處都蘊藏着詩意，立在深入海心的棧橋上遙遙的可以看見信號山上的樹影。

熱風拂着欣笑的臉，不着絲襪的萍，益發的顯得輕鬆，似溪底菱旁的藕樣白的腿，跳到了我的眼前，我們盡量的享受港上晴快的週末。

繞過了澗灣的柏油路，由信號山山麓的一條小溪旁，我們開始登山，穿過矮樹，怪石，在一棵蒼老的松樹下的岩石旁找到了我們休息的園地，鳥瞰着X港的我們覺到自已太渺小了！

『萍！坐下來休息休息吧！』

於是她便倚在我的懷裡，風由樹尖上拂了過去，遠遠的聽見一兩聲犬吠。

『愛！現在…………現在只有我們倆了！』萍紅漲着臉，「萍……』我的心幾乎跳了出來。

萍緊貼在我的胸前，像一隻馴順的羔羊。

『在天願作比翼鳥，在地願爲連理枝…………』萍嬌嫩的歌聲，陶醉了我的神志，慾魔開始向我襲擊，全身的血液加速了循環的週律，不自禁的抱起輕如柳絮的萍，一陣野性的呼聲，推我入了罪惡的深淵，我暈了過去。

我清醒來時，萍正在整理她已散亂了的青絲。

『萍！這是我的罪惡，請你原諒我吧！』空氣沉靜下去，帶着刺激性的風，吹落眼裡無聲的淚，萍也哭了，她用手帕替我擦去了臉上的水珠，

萍！我們要紀念今年的今日和這信號山的半山腰！

『把這塊爲熱淚浸透了的手帕掛在松樹的枝頭，權當作懸起一面紀念的旗旛！』萍抽涕的說，

於是這手帕便做了我們唯一的紀念的遺物了，下山的時候，西方已捲起了夕陽的殘雪，嬌嬭不勝的她，伏在我的背上，我背着她由斜曲的山路上直走到山麓。

× × ×

泰安路的車站前，絡繹着不同臉色和表情的旅人，平時保持着沉靜的路首此時竟也會緊張起來，被人群挾擠着的我，在視覺上起了變化，目前的人都成了糊模的影子，幾次的走到旁人的身上去。

『萍！』我去了就這樣不響的離開了妳！希望你做一個善良的母親！，淚流進了我的唇角。

『造物的主呵！你爲什麼這樣不公平，由來處理世界上的事物呢！相愛的使分離，相憎的又偏偏聚在一起，讓人們在顚如狂，走上罪惡的道路，這罪究是在誰呢？我心裡在呼豪，痛喊。

一封長別的信放進長別的車站前的信筒裡，幾聲汽笛的吼叫，慢慢的引我離開了淚洗過了的X港，我的心腸，有若綠牽。

× × ×

難忘的潮壁怒吼着的海濱，信號山的半腰常常是夢的背景，還在X港的手帕，便是我最後的遺物。



△……本期刊載四篇「週年紀念文字」——「一年來的婦女雜誌」；「三年的時光」；「結婚一載」；「我的工作自白」；我們除熱忱接受讀者批評和意見努力改進之外，並向忠實愛護本刊諸君致謝。再者，本刊因篇幅關係，關于週年紀念文字，容當陸續發表。

△……自二次歐洲戰爭勃發後，美國即積極于援英工作。近更結成所謂ＡＢＣＤ陣線，援蔣工作，亦由斯愈趨露骨，迨不惜以世界和平之擾亂者自居，本期「是誰掀起了太平洋的風波」，當此暴風雨來襲之前夕，頗值一讀。

△……宜君之「幾種床上易行的健身體操」一文，如能實際做到，對于身心發育，確有莫大裨益，假若進一步結集友好，共同操練，是一件極有意義的行動。

△……民國三十年的「國慶紀念日」又到了，我們爲使讀者不要忘了這個意義偉大的日子，特別刊載了兩篇文字，作爲應時文章好了。

△……在這裡附帶說明的，投稿諸君，以後來稿務用印有方格之稿紙，一則便利印刷，二則易于計算字數。

徵稿規則

（一）本刊各欄公開歡迎外稿，如婦女問題，家庭生活，醫學衛生，兒童教養，縫織烹飪，時裝美容，漫畫攝影，特寫，介紹，文藝詩詞，散文，小說……凡以婦女爲出發點之文字等。

（二）本刊依上列範圍徵收外稿，經凡刊用之稿，每千字酌贈二元至五元之現金稿酬。

（三）來稿須用稿紙，勿橫寫，勿兩面寫，繕寫清楚，最長不得超過五千字，特約者不在此限。稿末註明姓名住址。

（四）投稿譯稿，希將原文附寄，以備參考，否則亦將原文題目原著姓名，出版日期及地點，詳細註明。

（五）本社對來稿有刪改權，不欲者請先聲明。

（六）稿件如未選而欲退還者，請預先付足郵票。

（七）來稿請於每月三十日前寄交王府井大街一一七號婦女雜誌編輯部。

●全祿堂●

寒腿靈

專門肢體妙藥散風活血去痲止痛安全妥善

（一小時見功）

此藥專治男婦一切腰腿四肢感受風寒濕寒痲木痛疼陰天發皺酸軟難行速服此藥奏效奇速每瓶一元二寄費五角

經銷處：北京前門大街路東永興長
天津東馬路天順京報房

春風
照風

為京市最高雅之

理髮館

電燙水燙奶油燙無線電燙

順應時代而先進

是各界士媛所公認者

特點！

滬上名師技藝超俗

燙樣新穎富力獨步

應酬週到價無居奇

室內清潔男女分部

館址 春風東四南大街路東
照風東四北大街路東

電話 （五）〇三八〇
（四）二〇九一

婦女雜誌

十月號

第二卷 第十期

中華民國三十年十月一日出版

每冊定價三角 外埠另加郵費二分五

（內政部登記證政字第十一號）

編輯發行者 婦女雜誌社 北京王府井大街一一七號 電話五局一五八八號

印刷

總代售處 華北文化書局 北京王府井大街一一七號 電話五局〇三〇一號

分銷處 全國各大書店

定價

每月一冊 全年十二冊

訂購辦法	冊數	價格	郵費 國內及日本	郵費 香港澳門	郵費 國外
零售	一	三角	二分	一角五分	三角
預定半年	六	一元七角	在內	九角	一元八角
預定全年	十二	三元二角五	在內	一元八角	三元六角

本刊特別增刊長期訂戶另有優待


青春道上
站在青春道上的少女們，不是患着虛弱症，就是患着肥胖症都不是健康的現象，得怎樣的體格，才算是健康的表現？得怎樣才可以健康，我這裏給一個答覆。
少女要不胖，不瘦，有着豐滿的肌肉，有着準期的月經，有着活潑的精神，才夠標準美人的資格。如果想要夠上以上的條件，無疑的爾就服用若素，因爲若素可以發達肌肉，調整月經，賦活細胞，使精神暢快，故若素爲青春少女之恩物，服用之後，更可以治療便秘，痢疾，姙婦嘔吐，產婦血虧乳汁缺乏等症，都有偉大功効。
北京東單新開路
中國若素製藥公司
本外埠各藥房均售
若素
胃腸營養
WAKAMOTO